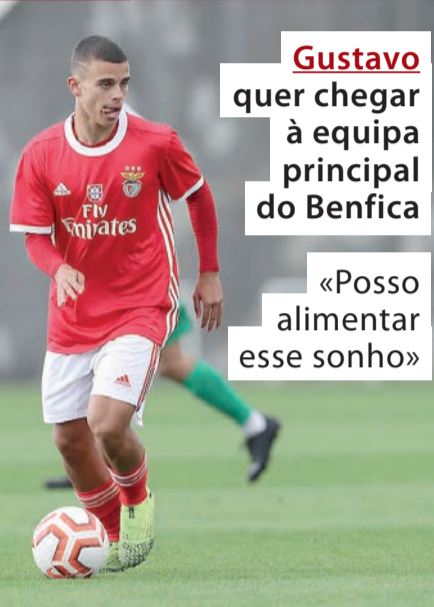


**FEMININO // P. 13**

Treinadores amarenses lideram Varzim e Gil Vicente



**FORMAÇÃO // P. 16**



**Gustavo** quer chegar à equipa principal do Benfica

«Posso alimentar esse sonho»

**PICO DE REGALADOS // P. 12**

Fazer renascer a alma do passado

Seniores estão de regresso aos distritais

**FILIPE RIBEIRO // P. 4-5**

“Estuda” para ser treinador

«Quando a oportunidade surgir vou estar preparado»

Família viveu momento dramático no Luxemburgo



**VILAVERDENSE FC | HUGO SANTOS – PRESIDENTE**

«Muitos estavam à espera que corresse mal»  
«Terminámos o ano sem dever nada a ninguém»

P. 6

**.desportivo**

P. 2-3

«Ser campeão aqui ou noutra campeonato de referência»  
«Treinar no Brasil foi fundamental para mim»

**«QUERO ATINGIR O TOPO COMO TREINADOR»**

**Sérgio Vieira** levou o Farense à I Liga

**Alexandre** é GNR em Ponte da Barca

«Nunca precisei de deter ninguém durante a pandemia»

P. 14

**FUTEBOLISTAS NA LINHA DA FRENTE**

**Neno** trabalha num lar de idosos em Prado

P. 15

«Felizmente ainda não tivemos casos positivos»

**DEPOIS DO ADEUS**

**Armando**, um lateral que virou “matador”

P. 8-9

**MERCADO DE TRANSFERÊNCIAS**



<b>Vilaverdense FC</b> João Ribeiro e Celso são reforços 11 jogadores já renovaram	<b>FC Amares</b> Mão cheia de reforços para Hugo Ramos	<b>Caldelas</b> Vitor Magalhães fica	<b>Rendufe</b> Clube já renovou com 16 jogadores
<b>Prado</b> Zé Nuno regressou 10 renovações e 1 reforço	<b>Terras de Bouro</b> Dino de saída	<b>Ribeira do Neiva</b> Zequinha renovou	<b>Lanhas</b> Daniel Sousa prepara nova época

## FUTEBOL - SÉRGIO VIEIRA

## «QUERO FICAR NA HISTÓRIA COMO UM G

Sérgio Vieira levou o Farense à I Liga 18 anos depois

António Valdemar

Sérgio Vieira é natural do Concelho da Póvoa de Lanhoso mas tem muitas raízes em Amares, onde passou a infância e a juventude. Aos 37 anos, levou o Farense à I Liga, um regresso 18 anos depois. No entanto, a sua caminhada como treinador iniciou-se no Brasil. Depois de ter sido observador do SC Braga e do Sporting, treinou Atlético Paranaense, Ferroviária, América Mineiro e São Bernardo. Só regressou a Portugal a meio da época 2017/18, para substituir Manuel Machado no Moreirense, onde não chegou a terminar a época, à imagem a do que aconteceu na época passada em Famalicão, pouco antes de a equipa subir à I Liga.

**Como começou a paixão pelo treino?**

A paixão pelo treino desenvolveu-se quando entrei para a universidade e decidi que queria atingir o topo do futebol como treinador. Para ter uma carreira normal ou medíocre como jogador preferia lutar por ser muito bom noutra área de futebol, na liderança.

**Em que clubes jogou e qual era a sua posição?**

Era ponta-de-lança. Joguei no clube da minha terra, o FC Amares – sou natural da Póvoa de Lanhoso, mas cresci em Amares –, SC Braga e alguns clubes do distrito. Depois, já na universidade, joguei no União de Santarém. Quando deixei de jogar tinha 22 anos.

**E como surgiu a oportunidade para iniciar a carreira de treinador?**

A área onde comecei foi na observação e análise de jogo. O convite surgiu num estágio que fiz na Naval 1.º de Maio com o professor Mariano Barreto. Na altura, para fazer uma observação para uma disciplina na Universidade. Depois, o professor convidou-me para colaborar com ele, tinha 22 ou 23 anos. Depois fui para Coimbra com o professor Manuel Machado, que também foi muito importante na minha formação e evolução. Trabalhei ainda com o Domingos Paciência dois anos, em Coimbra, outros dois no SC Braga e meia época no Sporting. Vivemos muitos momentos históricos, principalmente no SC Braga. Quando o Domingos saiu do Sporting convidaram-me a continuar e estive com o Sá Pinto, Oceano, FrankyVercauteren e, por último, o professor Jesualdo Ferreira, com quem transitei para Braga.

**Isso ajudou-o a perceber vários processos de treino e liderança?**

Foi uma etapa muito importante. Por isso é

que não gosto de tratar essa função apenas como observador. A observação e análise de jogo engloba uma série de procedimentos, como analisar reflectir e corrigir. Foi fundamental passar por essa função porque mostrou-me uma perspectiva muito ampla do que é um jogo de futebol.

## Equilíbrio nos vários momentos de jogo



Sérgio Vieira com o presidente João Rodrigues

**É um treinador jovem, mas com uma “bagagem” interessante. De que forma é que caracteriza o modelo de jogo das suas equipas?**

O modelo de jogo que protagonizo é aquele que se ajusta do ponto de vista técnico/tático às circunstâncias e factor de rendimento para obter o sucesso colectivo do clube. Privilegio muito a parte qualitativa dos processos, não apenas defender bem, estar bem organizado, bem como no momento da posse de bola sermos uma equipa que produza um futebol de grande qualidade. Agora, o mais importante no meio disto tudo é encontrar o equilíbrio entre os momentos do jogo, as características que os nossos jogadores possuem e as condições que dispomos para potencializar essas características.

**O Sérgio Vieira de hoje é muito diferente daquele que começou a aventurar-se como treinador principal?**

O processo da vida é muito idêntico ao do futebol. À medida que as experiências vão passando, vamos melhorando e experienciando um conjunto de vivências que nos dão uma maturidade maior e uma tomada de decisão mais assertiva. Não sou muito diferente do momento em que comecei, mas tem aspectos em que evolui muito e espero que esse processo de evolução ocorra até aos últimos dias da minha vida, não só como treinador mas também como homem.

**Jesualdo Ferreira e RinusMichels como “mentores”**

**Certamente tem as suas ideias, mas também bebeu e bebe ensinamentos de outros treinadores. Tem algumas referências?**

O professor Jesualdo Ferreira teve um mérito enorme na produção e desenvolvi-

**Que balanço faz dos dois anos que passou no Brasil?**

Muito positivo. Quando se cresce num país tão rico do ponto de vista da diversidade social e emocional acaba-se por se ter um nível de preparação para qualquer cenário. O Brasil deu-me essa preparação, não apenas na forma agressiva como se vive essa função, mas também ao nível da liderança do lado humano.

mento do futebol em Portugal e é uma das minhas referências. Não só pelo conhecimento que absorvi dele enquanto trabalhamos juntos – ainda hoje mantemos uma grande amizade – como pela forma de ele ser como pessoa e pelo que contribuiu para o futebol português.

Hoje existem muitos treinadores que podem ser referências. No entanto, a minha geração já é fruto de uma era digital que aporta com grande facilidade o conhecimento. Em termos internacionais, o RinusMichels, pelo trabalho que fez no Barcelona, Ajax e na selecção holandesa, também é uma das minhas referências. Aliás, foi dos primeiros, sem acesso a esta informação que temos hoje, a criar dinâmicas colectivas muito fortes e sempre em função da bola.

**A sua primeira experiência como treinador foi no Brasil. Em Portugal continuam a não dar oportunidade aos jovens treinadores?**

A ida para o Brasil foi circunstancial. Ainda estava a trabalhar no SC Braga, em 2009/10, quando fui ao Brasil fazer um curso. Depois, quando surgiu a interrupção no projecto que tínhamos em Braga com o professor Jesualdo, voltei ao Brasil, em 2014, para acentuar esse conhecimento. Foi aí que surgiu o convite para treinar num clube altamente profissionalizado e estruturado, um dos mais modernos da América Latina, o Atlético Paranaense. Integrei o quadro técnico do clube e rapidamente atribuíram-me o comando dos sub-23 e depois da primeira equipa. A partir daí surgiram várias experiências no futebol brasileiro.

Isso foi fundamental para mim, pois despertou muitos valores importantes que nós em Portugal dificilmente conseguimos viver. Por outro lado, trabalhei com jogadores que vieram para a Europa e estão espalhados por diferentes clubes. O Renan Lodi, que está no Atlético de Madrid, e o Marcão, que já passou por Portugal e agora está no Gatalasaray, entre muitos outros.

«Hoje existem muitos treinadores que podem ser referências»

**Jesualdo Ferreira pode ter sucesso no Santos?**

Tenho uma convicção muito grande que o professor pode ter sucesso, aliás já estava a ter porque o Santos estava a jogar um bom futebol, organizado, ia passar a fase de grupos do Campeonato Estadual e estava também em primeiro

# GRANDE TREINADOR»



na fase de grupos da Libertadores. O Santos é um clube de referência mundial, não apenas por ser o clube do Pelé e Neymar. Acredito que vai ter sucesso.

## Surpreendeu-o o sucesso de Jorge Jesus?

Os portugueses conhecem bem a competência e capacidade do Jorge Jesus. Foi apenas uma questão de ter escolhido o projecto certo para ter o sucesso que teve. Foi para o melhor clube, o mais bem preparado estrutural e financeiramente e com bons jogadores. Juntou-se tudo, a competência dele com um projecto muito bom. Por isso, o sucesso foi natural.

## Porque decidiu regressar a Portugal?

Foi uma decisão que tomei em conjunto com a minha esposa, devido ao nascimento da nossa filha.

## E como surgiu o convite para treinar o Moreirense?

O convite surgiu através do Presidente Vítor Magalhães, com o qual já tinha uma relação anterior.

## O que correu mal para não terminar a época?

A única coisa que correu mal foi que não terminei a época. Encontrei o plantel com alguns problemas físicos. Recuperámos esses jogadores e também na tabela classificativa. Quando até estávamos num bom momento, em que tínhamos empatado com o FC Porto, campeão nacional, e vencido fora o Tondela, tivemos um deslize em casa, com o Estoril. Estávamos a ganhar, mas sofremos dois golos anormais, um de penálti e outro de auto-golo. O Presidente achou que o caminho do clube não era por ali. Aceitei de forma natural, porque foi muito mais o que nos uniu do que o que nos separou. Sei que tenho grandes amigos no clube.

«Sei que tenho grandes amigos no clube»

## «Tinha a convicção de que ia subir»

### E no Famalicão acha que merecia ter terminado a época?

No Famalicão foi um projecto diferente, que criei de raiz com a minha equipa técnica e toda a estrutura do clube para andar no topo da tabela. O investidor entrou em cima da pré-época e tivemos de fazer o planeamento apressado. Recordo que o clube, no ano anterior, não desceu para o Campeonato de Portugal na última jornada e mantivemos uma grande base desses jogadores. Era um projecto para andar o mais perto possível do topo e foi o que aconteceu. Lutámos com o Paços Ferreira pelo primeiro lugar em grande parte da época. Depois, perdemos o jogo em casa com eles, numa bola parada, aos 90 minutos, e aí ganharam vantagem. Tinha a convicção de que ia subir. Foi pena não colher aquilo que se meei porque acho que merecia. Mas não podemos misturar as decisões técnicas com a parte humana. Tenho um grande carinho pelo clube e pelas pessoas, mesmo com o Dr. Miguel Ribeiro, actual Presidente da SAD do clube.

### Sente que foi feita justiça no plano pessoal com esta subida do Farense à I

### Liga, pelo facto de não ter terminado a época no Famalicão?

O meu objectivo pessoal era superar que fiz na época passada, ou seja, ficar no 1.º lugar. E a verdade é que andamos sempre no primeiro e segundo lugares. A pandemia não permitiu terminar o campeonato, temos de respeitar essa decisão, mas foi com muito mérito que conquistámos a subida. Mais do que o aspecto pessoal, valorizo mais o colectivo. Por isso, fiquei feliz pelos meus jogadores, adeptos e toda a estrutura do clube.

### «Estabilizar o Farense na I Liga» É esta época que vai, finalmente, mostrar-se na I Liga, do princípio ao fim?

Espero que sim, vamos trabalhar para isso e muito mais.

### Assinou três anos pelo Farense. Quais os objectivos para a nova época?

Relativamente aos objectivos, passam por estabilizar o clube na elite do futebol português e criar bases de sustentabilidade para objectivos mais ambiciosos. Evolução e sustentabilidade são prioridades para o clube.

Fotos do SC Farense



Sérgio Vieira conseguiu levar o Farense à I Liga

## Sérgio Vieira quer o topo

### Quais as suas maiores ambições/objectivos como treinador e quais os campeonatos que mais o entusiasma?

Os objectivos como treinador passam por atingir o máximo que um treinador pode conquistar: ser campeão em Portugal ou noutro campeonato de grande referência a nível futebolística. Ser campeão sempre foi uma meta que defini, chegar ao topo da carreira de treinador, vencer grandes competições nacionais e internacionais e ficar na história como um grande treinador. Isso vai ser consequência das conquistas colectivas, que de uma forma natural me vão levar a esse objectivo. Os campeonatos que mais me atraem são os de topo da Europa. O Brasil continua a ser um objectivo a médio/longo prazo.



## FUTEBOL - FILIPE RIBEIRO

António Valdemar

**F**ilipe Ribeiro passou por vários clubes da região até que aos 27 anos decidiu mudar de ares e também de futebol. O convite do RM Hamm Benfica, do Luxemburgo, surgiu no final da época de 2012/13, depois de três anos brilhantes ao serviço do Vilaverdense, onde conquistou o título da Divisão de Honra (na altura o escalão máximo da AF Braga) e duas subidas de divisão (III e II B). Pelo meio, foi ainda Campeão Europeu (2011) com a camisola da Selecção da AF Braga ao conquistar a Taça das Regiões da UEFA. O Desportivo foi procurar saber como está a correr a carreira do jogador e quais os seus projectos para o futuro.

**Há quantos anos está no Luxemburgo?**  
Cheguei ao Luxemburgo em Junho de 2013, há sensivelmente sete anos.

## Portugueses ajudaram na adaptação

**Para além do futebol está a fazer mais alguma coisa?**

Sim, tenho o meu emprego. Estou inserido no departamento administrativo de um grupo de creches e ATL.

**No Luxemburgo há uma grande comunidade de portugueses. Isso facilitou a adaptação?**

Sem dúvida. Apesar de inicialmente ter sido um pouco complicado devido à barreira linguística e ao facto de estar sozinho e sem família, na maior parte das vezes encontrava sempre algum português para esclarecer qualquer dúvida. Passado poucos meses, a minha mulher e o seu irmão mais novo também vieram para cá e tudo se tornou menos difícil. Neste momento, estamos completamente adaptados à língua francesa e ao funcionamento do País.



Filipe Ribeiro também jogou no RM Hamm Benfica

## Como surgiu esse convite?

Na altura, o convite do RM Hamm Benfica surge, em parte, devido às redes sociais. Há um primeiro contacto entre mim, o Presidente do clube e o director desportivo. Nesse momento informam-me que, realmente, estão à procura de um jogador para a posição em que eu jogava. De seguida, há a análise em vídeo de alguns dos meus jogos, por parte da equipa técnica do clube. O "feedback" é positivo, mas ainda assim (e para ter outro tipo de garantias), o clube aconselhou-se com um treinador adjunto que eu tive no Vilaverdense (Carlos Lima, adjunto do "mister" William) que, por acaso, também tinha jogado no mesmo

## Filipe Ribeiro está há sete anos no futebol luxemburguês

**Nome:** Luís Filipe Castro Ribeiro

**Nascimento:** 1986-04-27(34 anos)

**Naturalidade:** Braga

**Clubes:** SC Braga e Gil Vicente (formação), Pico Regalados, Martim, Fão, GD Prado, Limianos, Vilaverdense, RM Hamm Benfica e TitusPétange.

«DECIDI ACEITAR O DESAFIO E SAIR DA MINHA ZONA DE CONFORTO»



clube, numa fase terminal da sua carreira. Suponho que as informações tenham sido positivas, pois posteriormente surge o convite e a proposta. Por isso, decidi aceitar o desafio e sair da minha zona de conforto.

**Jogou em dois clubes. São muito diferentes?**

Joguei três anos no RM Hamm Benfica e outras três épocas no UnionTitusPétange. São clubes relativamente recentes e resultam das fusões entre dois ou mais clubes. Neste momento, as diferenças são claras e notórias, com o UnionTitusPétange a superiorizar-se, especialmente no que diz respeito ao aspecto financeiro e aos objectivos desportivos. No entanto, nutro um enorme respeito e carinho por ambos.

**A liga luxemburguesa é competitiva?**

Nos últimos anos, posso dizer que sim e com um nível bastante interessante. Na última época (2019/2020), a competitividade manteve-se, mas em termos gerais o nível qualitativo da I Liga luxemburguesa baixou substancialmente.

**Há muito público nos jogos?**

Posso dizer que nos jogos a média de espectadores é proporcional à área territorial do País.

**E o futebol tem muita projecção?**

Se falarmos a nível televisivo, temos um canal nacional (RTL Luxembourg) onde transmitem um jogo por fim-de-semana e onde há um programa reservado aos "highlights" de outros jogos. A nível europeu, recentemente houve uma equipa luxemburguesa presente na fase de gru-

pos da Liga Europa, juntamente com o Bétis, Olympiacose AC Milan, e outra que eliminou o Rangers FC, da Escócia, numa pré-eliminatória. No que diz respeito à projecção dos jogadores, apenas

aqueles que são internacionais pela selecção luxemburguesa e aqueles que participam nas competições europeias têm mais oportunidade de se mostrarem.

## «A minha mulher viveu momentos complicados»

Família toda infectada pelo vírus

O vírus também chegou com força ao Luxemburgo e não poupou a família de Filipe Ribeiro, que acabou por ficar toda infectada. O jogador diz que a mulher passou por momentos muito delicados, mas que está a recuperar.

**O vírus também chegou aí com força?**

Sim, especialmente à minha casa. Infelizmente, os três testámos positivo para a Covid-19. No entanto, a situação

da minha mulher foi muito delicada e inspirou muitos cuidados, pois o vírus alojou-se nos pulmões. Foram dois meses extremamente complicados em que, para além de ter que fazer seis testes, esteve internada. Fez um tratamento para a malária, teve sintomas dolorosos... Foi difícil. Mas quero realçar que foi sempre muito bem tratada e acompanhada pelos profissionais de saúde e agora, felizmente, está a recuperar. Lentamente, mas a recuperar. Espero que isto sirva igualmente como um alerta para que as pessoas possam ter consciência de que o vírus pode atacar com força mesmo as pessoas perfeitamente saudáveis.

**E como tem passado os seus dias neste tempo de pandemia?**

Quando a minha mulher estava mais debilitada e dependente, o meu tempo era praticamente centrado nela. Agora, com as melhoras do seu estado de saúde, com a paragem do futebol, com o meu local de trabalho ainda encerrado, tenho tentado manter a forma física, elaborado, estudado e analisado as várias componentes que eu idealizo para a criação do meu modelo de jogo enquanto treinador, pois estou a tirar o curso de segundo nível das formações de treinadores UEFA, denominada de "UEFA BLicence".



Filipe Ribeiro com a mulher Cátia Silva

# «A oportunidade vai surgir e eu vou estar preparado»

Filipe Ribeiro está a “estudar” para ser treinador de futebol

António Valdemar

**F**ilipe Ribeiro completou no mês de Abril 34 anos e revelou ao Desportivo que o final da sua carreira de futebolista está para breve. No entanto, isso não quer dizer que irá ficar afastado do desporto que o acompanhou durante toda a sua vida. O jogador está a tirar o curso de segundo nível das formações de treinadores UEFA e quer ser treinador de futebol.

**Ainda pensa jogar muitos mais anos?**  
Sinceramente, não.

**Tem projectos para o futuro ligados ao futebol?**

O facto de terminar a carreira deve-se muito a um projecto em que tenho investido muito tempo e trabalhado nos últimos dois anos.

**E qual é, pode saber-se?**

Como mencionei anteriormente, trata-se do curso de treinadores de futebol UEFA, que estou a tirar.

**Portanto, quer ser treinador de futebol?**

Há alguns anos, embora continuasse a desfrutar do prazer de jogar, comecei também a analisar e a estudar o jogo detalhadamente. A questionar e a questionar-me sobre coisas que vivenciava no treino e no jogo.

Tive o prazer e a oportunidade de trabalhar com alguns treinadores de bom nível, mas infelizmente, e talvez também devido ao facto de a minha qualidade não ser de topo, nunca trabalhei com os melhores do Mundo. No entanto, filtrei e guardei de alguns aquilo que achava ser benéfico e que me podia ser útil. Felizmente, tive muitos bons treinadores e aprendi muito com alguns deles (digo alguns, porque tive treinadores que me treinaram e outros que me ensinaram). Neste momento, o meu processo de



Filipe Ribeiro já está há 7 anos no Luxemburgo

aprendizagem debruça-se igualmente na leitura, na análise e, principalmente, na filtragem de informação. Todo o treinador tem que estar em constante evolução e, portanto, defendo que copiar os melhores não é burrice. É inteligência. Se eu acho que um ou outro princípio de jogo praticado por algum treinador com o qual me identifico se relaciona com o meu modelo de jogo, porque não tentar colocá-lo em prática? Importante é saber como fazê-lo, como operacionalizá-lo, em que momento e o porquê.

**Já teve alguma experiência como treinador?**

Já, como treinador e coordenador técnico de formação. No entanto, o meu objectivo e ambição é, claramente, treinar seniores. A oportunidade vai surgir e eu vou estar preparado.

**Em Portugal?**

Também é um dos meus desejos regressar à minha terra, sem dúvida.

«Também é um dos meus desejos regressar à minha terra»

## As saudades, os amigos



Jogador está a tirar o curso de treinador

**Sente saudades?**

Todos os dias, naturalmente. Principalmente da minha família e dos meus amigos, que são as duas coisas que mais prezo na vida.

**Costuma acompanhar o futebol distrital em Portugal?**

Vou acompanhando e gosto de estar a par de tudo o que se passa no futebol em Portugal, desde a I Liga até às divisões distritais. Especialmente, em relação ao jogo. Quando estou em Portugal tento ir ver alguns jogos. Quanto às equipas, logicamente que sigo com especial atenção o “meu” Vilaverdense, o FC Amares (onde joga o meu amigo Zé Miguel, com quem tenho insistido e tentado convencer

começar a fazer os cursos de treinador, não só pelo conhecimento que tem, mas também porque gostava que um dia fizesse parte da minha equipa técnica) e o Martim (pelo meu amigo Sérgio Maca). Também acompanho de perto a carreira do meu amigo Pedró, que em breve também poderá terminar a carreira, visto que está a trabalhar num projecto consistente para entrar no mundo do agenciamento de jogadores e treinadores. Por outro lado, estou sempre muito atento ao que os treinadores dizem e partilham, seja a nível profissional, seja a nível amador. No que diz respeito ao futebol distrital, infelizmente continuo a ler e a ouvir coisas que ouvia há

15 anos, como, por exemplo, “na regional não se pode jogar dessa forma”.

É um cliché que não concordo.

**Porquê?**

Quando um clube quer contratar um treinador tem que saber exactamente qual é o perfil e a ideia de jogo que quer contratar. O jogo mudou, o jogo evoluiu a nível tático e a nível de intensidade, a nível do treino, entre outras coisas. Portanto, os projectos etreinadores competentes ambiciosos e corajosos devem ter oportunidades. No futebol, estou seguro de que a experiência não está na idade que se tem, mas sim no conhecimento que se possui.

## VILAVERDENSE FC - HUGO SANTOS

# «Aos críticos de café quero só dizer que não devemos nada a ninguém»

## Hugo Santos faz balanço do primeiro ano de mandato no Vilaverdense FC

António Valdemar

**H**ugo Santos faz um balanço muito positivo do primeiro ano como Presidente do Vilaverdense FC e deixa reparos a alguns «críticos de café», que desejavam que o «barco se afundasse» logo no primeiro ano de mandato. O Presidente do Vilaverdense FC sublinhou que o sucesso desportivo e financeiro do clube deve-se ao trabalho colectivo.

«Foi um ano difícil, mas com um balanço extremamente positivo, desportiva e financeiramente. Na formação, subimos a equipa de iniciados à Honra, se o campeonato não tivesse parado os juvenis ainda tinham hipóteses de lutar pela subida e os juniores fizeram uma época tranquila. Nos seniores, apesar de não termos começado da melhor forma, a época correu muito bem. Em Março, estávamos no terceiro lugar e ainda com

todas as hipóteses de lutar pelo primeiro. Foi uma grande época e aqui tenho de dar os parabéns a todo o grupo de trabalho e ao Vice-presidente Vítor Silva e ao Director Desportivo Alberto Barroso. Fizemos um trabalho extraordinário», começou por referir o líder do Vilaverdense FC.

### Contas em dia

Hugo Santos congratulou-se também com o facto de o clube ter terminado a

época com as contas em dia e sem dívidas. «A nível económico, também foi um ano difícil, de muita luta, mas não ficamos a dever nada a ninguém. Temos tudo pago ao grupo de trabalho e aos fornecedores, pode haver apenas alguma coisa residual, mas vamos chegar ao fim do primeiro ano de mandato com tudo liquidado. Isso é o mais importante para mim, independentemente de ficar em primeiro, segundo ou terceiro lugar», frisou, acrescentando: «Temos apenas um dívida à AF Braga, como tem a maioria dos clubes, que tem de ser gerida época após época».

### Reduzir o orçamento

Quanto à próxima temporada, o Presidente do Vilaverdense diz que vai ser um «ano duro» e de «grandes incertezas». «Vamos ter de reduzir o nosso orçamento. Os jogadores e treinadores terão de compreender. Não sabemos se o Município vai continuar a apoiar com os mesmos subsídios. Os nossos patrocinadores, que são as pequenas e médias empresas, também estão a sofrer muito com a crise e se calhar não vão apoiar o clube como o faziam antes», lamentou o dirigente, deixando um apelo: «Se não puderem dar tanto, dêem menos, mas continuem a ajudar».

### Equipa competitiva

Apesar destes constrangimentos, Hugo Santos diz que o clube vai construir uma equipa competitiva, mas sempre «com os pés bem assentes no chão». «Os jogadores e treinadores só não ficam se não quiserem, mas vamos ter de fazer cortes, porque queremos continuar a cumprir com todos», disse.



## «A alegria de muitos era que nos afundássemos»

### Hugo Santos quer deixar o clube sem dívidas

Entre elogios aos colegas de Direcção, Hugo Santos não esqueceu aqueles que «passavam a vida a criticar tudo e todos». «Muitas pessoas não acreditavam nesta Direcção e diziam mesmo que era oportunismo, mas a verdade é que neste primeiro ano cumprimos com as nossas obrigações. Claro que não seria capaz de fazer isto sozinho. Se algum dos meus colegas de Direcção quebrar, eu também vou quebrar. Por isso, queria deixar uma palavra de agradecimento, em especial ao Monarca, ao Vítor Silva e ao Alberto Barroso. São o meu braço direito e muito deste sucesso deve-se a eles. Aos críticos do café quero só dizer que o Vilaverdense não deve nada a ninguém, mas não foi com a sua ajuda. Sei que a alegria deles era que esta Direcção se afundasse logo ao fim do primeiro ano, mas da mesma forma que recebi o clube sem dívidas também o quero entregar assim», rematou.



Hugo Santos (à esquerda) à conversa com o treinador

### Clube renovou com 11 jogadores

João Ribeiro e Celso são os primeiros reforços

A Direcção do Vilaverdense renovou com 11 jogadores da época passada e assegurou o concurso do jovem avançado Celso Ferreira, de 20 anos, que na época passada jogou no Este FC até Novembro, tendo depois terminado a temporada no Varzim B e também do defesa João Ribeiro, ex-Vieira SC.

Quanto aos jogadores que vão continuar sob o comando de Hugo Santos (também já renovou) são os guarda-redes Paulinho e Brandão, os defesas Lamela, Miguel Dias e André, os médios Maia, Gonçalo, Jonas e Tomás Gama e os avançados Pedro Pereira e Edu.

Nos próximos dias os responsáveis do clube vão avançar com mais renovações e contratações para a época de 2020/21.

## FC AMARES

# Uma mão cheia de reforços para a nova época

FC Amares com o plantel praticamente definido no regresso à Pró-Nacional



Moreira (à direita) vai jogar no FC Amares

António Valdemar

O FC Amares tem o plantel praticamente definido para o regresso da equipa ao campeonato da Pró-Nacional. A Direcção do clube amarense garantiu a continuidade da espinha dorsal da época passada (13 jogadores) e

contratou alguns reforços para dar mais qualidade individual ao grupo de trabalho, que vai continuar a ser liderado por Hugo Ramos. Assim, na baliza vai continuar Giga, que este ano vai ter a concorrência de Marcos Ferreira, ex-Vilaverdense, já que Mário Paula não renovou contrato.



Tó Coentrão reforça ataque dos amarenses

No sector defensivo, os laterais Petit, Leonardo e Rogério e os centrais Pinto e Tiago Carvalho também chegaram a acordo para representar o clube amarense mais uma época.

Para completar o ramalhete defensivo o clube contratou o central Élio ao Vieira SC e o lateral Rafa ao GD Prado, este último regresso ao clube que representou há duas temporadas.

No miolo do terreno, Hugo Ramos não prescindiu de Zé Miguel, Martinho, Orlando e Esteves. Quanto a contratações para este sector, o FC Amares foi buscar o médio Moreira ao Torcatense.

Na linha da frente, Tiago Alves e Márcio, os homens golo da época passada, vão continuar a ser a referência no ataque, a quem vai juntar-se Tó Coentrão, na época passada jogou no Águias da Graça, e ainda os jovens franceses Joshua, Aly e Lilian.

A Direcção do FC Amares promoveu ainda o central Carvalho e o lateral/médio Mega à equipa principal.

## Plantel

### Guarda-redes

Giga e Marcos (ex-Vilaverdense)

### Defesas

Petit, Tiago Carvalho, Leo, Pinto, Rogério, Élio (ex-Vieira), Rafa (ex-GD Prado) e Carvalho (ex-júnior)

### Médios

Zé Miguel, Martinho, Orlando, Esteves, Moreira (ex-Torcatense) e Mega (ex-júnior)

### Avançados

Márcio, Tiago Alves, Tó Coentrão (ex-Águias Graça), Lilian (ex-júnior), Joshua e Aly (ex-júnior).

## Roger é o Director Desportivo

Hélder Faria passa a Director Geral



Roger vai ser o novo Director Desportivo do FC Amares. Aos 39 anos, o avançado decidiu colocar um ponto final na carreira de jogador e aceitar o convite da Direcção do clube para assumir outras funções. Roger vai trabalhar de perto com o plantel sénior dos amarenses fazendo a ligação entre o grupo de trabalho com a Direcção e também com Hélder Faria, Director Geral, que vai supervisionar todo o futebol desde a formação até aos seniores.

## GD PRADO

«Vamos construir um plantel competitivo e com uma ambição tremenda»

Zé Nuno está de regresso ao comando técnico do GD Prado

António Valdemar

Depois do segundo lugar do campeonato da Pró-Nacional e da participação na Taça de Portugal na época de 2018/19, Zé Nuno Azevedo não terminou a época passada no GD Prado. Em Dezembro, recebeu um convite da AD Oliveirense para tentar "sagar" a equipa famalicense da descida aos distritais. Só que as coisas não correram bem a nível directivo e o técnico saiu antes da interrupção da temporada.

«O futebol é como em tudo na vida: tomamos decisões com o objectivo e a ambição que corra tudo bem. Não foi o caso. Tomámos a decisão em quatro dias e falharam algumas coisas. Foi um projecto falhado, porque infelizmente apanhei com gente falhada», lamentou o técnico, que acabou por acertar o regresso ao GD Prado para voltar a orientar a equipa em 2020-21.

«A Direcção convidou-me e cheguei a acordo. É a terceira vez que estou em Prado, com os mesmos objectivos de sempre: ganhar todos jogos. Mas é muito cedo para falar em termos de objectivos, pois existe muita indefinição, quer a nível do quadro competitivo, quer ao nível das datas. Há uma certeza, que foi a vontade da Direcção em que eu voltasse», frisou.

### 10 renovações e uma contratação

A Direcção do GD Prado renovou com 10 jogadores para a nova temporada. O guarda-redes Cláudio Sampaio, os defesas Joy e Jota, os médios Rafa, Álvaro, Bruno Gomes e os avançados Bruno Silva, Ferreira, Cláudio e Bié vão continuar a vestir de alvinegro na próxima época. Quanto a entradas, para já está assegurada a contratação do lateral esquerdo Lucas, que há dois anos representou o clube pradense.

De saída do clube estão o guarda-redes

Rúben, os médios Diego, Ni e o central Moreira, todos para o Limianos. O lateral Sobrinho assinou Cabreiros, Rafa

regressou ao FC Amares, Maka rumou ao Sandinenses e Simão vai representar o Esporões



Zé Nuno Azevedo e o adjunto Barroso estão de regresso a Prado

## DEPOIS DO ADEUS - ARMANDO

António Valdemar

Com um instinto matador apurado, Armando foi um daqueles avançados que qualquer treinador gostava de ter na equipa. Ao longo da carreira especializou-se em marcar golos e por onde passou deixou o seu rasto de goleador. Temido pelos adversários e querido entre os colegas, o atacante reconhece que no fim da carreira ficou um «pouco chatinho», mas sempre com a intenção de «ajudar a equipa».

**Ainda se lembra da primeira vez que foi a um treino de futebol?**

Claro que sim, essas coisas não se esquecem. Foi no Algueirão-Mem Martins, uma Vila do Concelho de Sintra. Fui com mais alguns colegas às captações e lembro-me que mal toquei na bola e fiz um passe escolheram-me logo. Tinha 14 anos, mas a lei alterou e fui jogar para os juvenis.

**Em que posição?**

A lateral direito. Era a posição que mais gostava de jogar por causa do meu irmão mais velho, que também era lateral. Só muito mais tarde é que passei a jogar a ponta-de-lança.

**Onde completou a formação?**

No Sintrense. Joguei lá os dois anos nos juniores e mais três como sénior. Foram tempos fantásticos de futebol puro. Joguei na II Divisão, que na altura era a que estava logo abaixo da I Divisão, na II Divisão B e na III Divisão Nacional. Na III subimos e fui o melhor marcador com 31 golos, penso que na época de 1991/92.

**E foi o melhor marcador a jogar a lateral direito...**

Sim. Já na altura era um lateral moderno. Enquanto os outros raramente se aventuravam a passar da linha de meio-campo, eu subia muito no terreno e surgia muitas vezes na área em zonas de finalização. Tinha muito «pulmão».

**«O empresário não me protegeu» Depois surgiu a oportunidade de jogar no SC Braga?**

Cheguei ao SC Braga com 21 anos. Foi um empresário que me trouxe, mas não se portou bem comigo. Não me protegeu, deixou-me aqui sozinho. Só pensou nele.

**«Até as chuteiras levantavam»**

*Respeito pelos mais velhos*

«Quando subi a sénior até as chuteiras levantavam. Mesmo com razão tinha de calar-me. Nada de cortes de cabelo esquisitos, nem piercings. Depois, havia sempre as praxes, isso fortalecia-nos como atletas e criava um bom espírito de grupos. Eram bons tempos. Hoje, os miúdos chegam dos juniores e pensam que sabem tudo».

**Lembra-se quem era o treinador?**

Era o Vítor Manuel e depois entrou o António Oliveira. Nessa altura, o Braga lutava pela manutenção, eram tempos difíceis, não era o mesmo Braga forte de hoje. Estive lá uma época mas fui poucas vezes utilizado. No ano seguinte, em Fe-

**Nome:** Armando António dos Santos

**Nascimento:** 1971-02-24 (49 ANOS)

**Posição:** Avançado

**Naturalidade:** Luanda

**Nacionalidade:** Portugal/Angola

**Clubes:** Algueirão-Mem Martins, Sintrense, SC Braga, U. Coimbra, Famalicão, Ovarense, Moreirense, Freamunde, U. Lamas, Leixões, Vilanovense, Taipas, Vilaverdense, Merelinense, FC Amares, Dumense e Lanhas.

**O EMPRESÁRIO,  
O FISCO E UMA CERTEZA:  
«SE FOSSE HOJE  
ERA UM JOGADOR  
FENOMENAL»**

*O antigo lateral que chegou a melhor marcador da II Liga*

vereiro, fui emprestado ao U. Coimbra. Regressei no ano seguinte com o Manuel Cajuda. No entanto, acabei por ser novamente emprestado ao Famalicão, que na altura estava na II Liga.

**E foi o último ano no SC Braga...**

Foi. Treinava bem e não se compreendia porque não jogava. Aliás, eu sei porquê. Tinha um contrato fraco e não fui devidamente protegido pelo meu empresário. Se fosse hoje jogava de caras e era um jogador fenomenal.

**E depois onde prosseguiu a carreira?**

Fui para a Ovarense, na II Liga. Cheguei à 10.ª jornada e ainda fui o terceiro melhor marcador. Depois, seguiu-se o Moreirense, também na II Liga. Estive lá três épocas. Foi aí que começou verdadeiramente a minha carreira de ponta-de-lança. Fui o melhor marcador da II Liga. Depois joguei no Freamunde, União de Lamas e Leixões, onde fomos à final da Taça.

**Foi o momento mais alto da sua carreira?**

Não. É sempre um marco importante chegar a uma final, mas o meu ponto mais alto foi no Moreirense quando fui o melhor marcador da II Liga.

**Pronto para abraçar um projecto**

*Armando quer ser treinador*

Armando tem o II nível do curso de treinadores e diz estar preparado para assumir o comando de uma equipa de futebol. «Sinto que tenho capacidades e conhecimento para treinar. Só estou à espera que surja um convite», disse o ex-jogador, que teve em Manuel de Oliveira a sua grande referência. No entanto, sublinha que aprendeu com todos os treinadores ao longo da carreira.

**Com o avançar da idade também começou a descer de patamar.**

A minha maior argolada foi quando decidi assinar pelo Taipas. Não pelo clube em si, mas sim pelo facto de ter saído da zona do Porto que era onde se pagava mais. Até tinha convites superiores, mas queria ficar mais perto de casa para proteger a minha filha.

**«Sempre investi mais na educação da minha filha»**

**Com que idade foi pai?**

Quando vim para o Norte, com 21 anos, a Catarina (filha) já estava na barriga da mãe. Acabou por nascer em Braga. Nunca casei, acabámos no namoro e

a mãe da minha filha regressou a Lisboa. Depois, ela emigrou e fiquei com a minha filha. Sempre investi mais na educação dela do que em comprar bons carros e outras coisas. Nunca lhe faltou nada.

**Criou a sua filha sozinho?**

Desde os cinco anos que viveu sempre comigo.

**E parece que quer seguir as pisadas do pai.**

É verdade. Joga futebol desde muito nova. Jogou no Pico, no Vilaverdense e no SC Braga. Agora está a jogar em Espanha, no Viajes Inter Rias, mas ainda tem muito que aprender para chegar ao topo.

**E como é que o Armando veio viver para a Vila Verde?**

Foi por causa do Rui Gama. Joguei com ele alguns anos e na altura disse-me para comprar aqui um apartamento.

**Regressando à sua carreira de futebolista. Depois do Taipas para onde foi jogar?**

Estive dois anos no Vilaverdense. No primeiro ano (2004/05) conseguimos um excelente 5.º lugar na II Divisão





## «Marquei golos de todos os feitos»

### Armando foi um goleador nato

Armando marcou sempre muitos golos. Essa sempre foi a imagem de marca do avançado, que foi o melhor marcador da II Liga e também na antiga III Divisão Nacional. O atacante diz que o segredo está no «trabalho, concentração, estar no sítio certo e definir bem o lance».

### Qual o segredo para ter marcado tantos golos?

Concentração, saber movimentar-me, estar no sítio certo e definir bem. Muitas pessoas dizem que marcou golo porque foi só encostar. Mas para encostar é preciso estar no sítio certo. Saber antecipar as jogadas, tinha um pressentimento que a bola ia cair ali. Depois, tinha uma coisa muito importante que era o poder de concentração. Nunca discuti uma decisão de um árbitro. Passava-me ao lado.

### Consegue eleger o golo que mais o marcou?

Isso é difícil porque foram tantos. Penso que os golos mais bonitos foram no Moreirense. Um contra o Paços de Ferreira, numa sucessão de tabelas com o Pedro Vilela, e outro de bicicleta frente à Naval. Fomos à Figueira da Foz ganhar por 6-1. No entanto, o mais importante até foi de penálti, também no Moreirense e que me ajudou a ser o melhor marcador da II Liga.

### «O Lobão batia em tudo que mexia»

### Qual o defesa que mais difícil que enfrentou?

Foram muitos ao longo da minha carreira. Não sei se foi o mais difícil, mas lembro-me do Lobão, que jogou no Beira Mar. Batia em tudo o que mexia. Era mau como as cobras.



Armando jogou no FC Amares

### E o clube que lhe deixou mais saudades?

Onde senti mais prazer em jogar futebol foi no Sintrense. Estava a começar a carreira, era tudo purinho. Recordo-me da viagens ao Alentejo e ao Algarve, com os jogadores mais velhos a jogar às cartas no autocarro. Era uma grande festa, sempre com grandes restaurantes. Tive grupos fantásticos em muitos clubes.

### E histórias! Deve ter muitas para contar?

Tenho muitas. Mas uma que me lembro, até porque não tinha por hábito fazer isso, foi quando jogava no Famalicão. O João Pedro

Pais, meu amigo de escola, ia actuar na discoteca Pedra do Couto e também ia lá estar a Catarina Furtado, que na altura apresentava o Chuva de Estrelas. Queria ir ter com o meu amigo, que me ia apresentar a Catarina Furtado. Jantei com eles e depois apanhei uma grande bebedeira. No domingo íamos jogar a casa do Nacional. Fiquei no banco, entrei e passados 30 segundos o músculo rasgou. Fruto dos excessos dessa noite.

### Mas era noctívago?

Não. Apenas saía ao Domingo à noite. Sempre me cuidei bem, por isso é que joguei até aos 48 anos de idade.

### Os seus colegas de equipas diziam que era chatinho. É verdade?

Reconheço que com o avançar da carreira era um pouco chatinho, mas isso foi quando passei a jogar em clubes que não tinham estruturas profissionais. Não é fácil vir de uma estrutura profissional onde pensas e respiras futebol 24 horas por dia para uma estrutura amadora com jogadores em que o futebol é mais um passatempo. Mas muitas vezes também tinha de fazer o papel “sujo” porque os treinadores e até colegas de equipa pediam. Por exemplo, no Vilaverdense o Nelito e mesmo o Miguel (capitão) pediam para “apertar” com eles mas “devagarinho”. Era chatinho mas no fundo todos gostavam de mim.

### Podia ter chegado mais longe na carreira? Podia.

### O que falhou então?

Fui eu. Devia pensar que as coisas têm um fim e juntar-me a quem tem mais poder. No futebol é assim, se não te juntas aos mais fortes não te safas.

B. O segundo ano não correu bem. O clube passava por muitas dificuldades directivas e financeiras e acabamos por descer. No ano seguinte, fui para o Merelinense. Subimos à II Divisão B. Foram duas épocas muito boas.

### Depois esteve dois anos no FC Amares.

Foram dois anos de muitas dificuldades, mas conseguimos manter sempre o clube nos Nacionais. No primeiro ano, com o “mister” Tonau, o Amares jogou pela primeira vez com um clube da I Liga. Recebemos o Belenenses, na Taça, treinado pelo Jaime Pacheco e onde jogava o meu amigo Silas, com craques como o Wender e o Zé Pedro, entre outros.

### «Levei um grande rombo financeiro»

Maldito Fisco

«Naquela altura todos os jogadores faziam contratos paralelos e quando joguei no Leixões também fiz. Uns anos mais tarde levei uma grande bolada do Fisco. Isso prejudicou-me muito financeiramente. Depois muitos clubes também me ficaram a dever muito dinheiro. Fui sempre bafejado pelo azar».

## Carreira durou até aos 48 anos

### E aos 40 anos jogou pela primeira vez nos Distritais.

É verdade. Regressei ao Vilaverdense, que estava na Divisão de Honra. No primeiro ano fomos campeões e perdemos a final da Taça. Na segunda época, subimos à II Divisão B. Foram dois anos magníficos, com grupos espectaculares. Só não gostei muito de um processo disciplinar que me instauraram, pois joguei muitas vezes lesionado para ajudar a equipa. Mas já passou, não vale pena estar a falar nisso.

### E só deixou de jogar com 48 anos?

Depois do Vilaverdense regressei ao FC Amares, ainda estive dois anos no Dumense, muito bons, e terminei a carreira no Lanhas.

### Mas ainda esta época recebeu convites para jogar?

Sim, mas não aceitei. Já me faz confusão treinar à noite.

### Qual foi o segredo para esta longevidade?

O segredo está em levar um vida regrada, sem excessos e muita paixão pelo futebol.



Avançado em acção no Vilaverdense

## GD CALDELAS

## «Vamos ter que fazer uns furos no cinto»

GD Caldelas seguiu o treinador mas vai reduzir o orçamento



João Abel, presidente do Caldelas

António Valdemar

A Direcção do GD Caldelas liderada por João Abel e o treinador Vítor Magalhães selaram durante o mês de Maio um novo acordo para a época de 2020/21. O Presidente dos caldelenses diz que existiu sempre uma «empatia» mútua entre as duas partes envolvidas no processo e que por isso não foi difícil de chegar a um consenso. «Coloquei as minhas propostas e ele aceitou. Só que este ano temos de apertar mais o cinto», confidenciou João Abel, acrescentando que o orçamento vai baixar «30/40% em relação à época passada».

«Vamos ter que fazer dois furos no cinto, porque está mau no que respeita aos patrocínios. Já bati a algumas portas, que se fecharam», disse.

João Abel mostra-se pessimista quanto ao arranque dos campeonatos na próxima época. «Não acredito muito que vá iniciar a próxima época. Se na I Liga há estas exigências todas, imagine nos Distritais. De qualquer forma, vamos começar a fazer obras nos nossos balneários, com divisões individuais entre os jogadores. Os adversários podem ocupar dois balneários, mas nem todos os clubes têm estas condições», explicou.

O líder dos caldelenses faz ainda um balanço positivo em relação à época anterior, que terminou de forma abrupta no mês de Março, devido à Covid-19. No entanto, João Abel diz que a equipa acabou por sair prejudicada com esta interrupção dos campeonatos. «Até

podem chamar-me maluco, mas acabamos por ser prejudicados, pois acredito que ainda íamos subir mais uns lugares. Mas o balanço é extremamente positivo. Lembro que no início da época éramos um alvo a abater, ouvi muitos dirigentes dizer que íamos ser o bombo da festa. O que sempre disse aos jogadores é que o padre ainda estava a organizar a missa e que a festa só se fazia no fim», grateja.

## Plantel em formação



O Presidente do Caldelas entregou o «dossier» das renovações e contratações ao treinador adjunto Luís Marques, que em conjunto com o Vítor Magalhães está a preparar a nova temporada. «Se me perguntar sobre o plantel não sei nada. Entreguei essa pasta ao Luís, até digo na brincadeira que ele é o Presidente da SAD. Claro que sempre dentro do orçamento que estipulei para esta época». Entretanto, já são conhecidas pelo menos duas baixas no plantel. O guarda-redes Vasco e o médio Xuxa saíram para o São Paio d' Arcos.

## RIBEIRA DO NEIVA

## «Vai ser uma época difícil a nível económico»

Ribeira do Neiva renovou com Zequinha

## Dino não fica em Terras de Bouro

Clube manteve-se na Honra



Dino com o presidente Miguel Rodrigues

Dino não chegou a acordo com a Direcção do Terras de Bouro para renovar contrato para a próxima época. O treinador, que chegou ao clube já com a época em andamento para substituir Pedro Miguel, foi convidado pelo clube a renovar mas acabou por não chegar a um entendimento para ficar mais um ano.

António Valdemar

Hélder Oliveira, Presidente do clube, diz que foi fácil chegar a acordo com o treinador. «O Zequinha iniciou o projecto em Janeiro e acabou por não o terminar. Por isso, fazia todo o sentido convidá-lo. O convite foi feito e ele aceitou porque gostou do clube e sentiu-se acarinhado pelas pessoas. Chegámos a acordo facilmente», afirmou o líder dos ribeirenses, que espera uma época complicada financeiramente.

«Não podemos esconder que vai ser uma época difícil a nível económico. O nosso clube vive dos apoios das pequenas e médias empresas, que nesta altura passam por dificuldades e também da realização de vários eventos como o trail, o passeio dos jipes e a festa da criança, entre muito outros, que nesta altura não se podem realizar. São fontes de receita que não vamos ter. Por isso, vamos ter de reduzir o orçamento», frisou, acrescentando: «A nível desportivo acho que podemos fazer uma época mais tranquila devido à reestruturação dos campeonatos, já que subiram [à Pró-Nacional] sete equipas muito fortes».

## Plantel convidado a renovar

Hélder Oliveira revelou ainda que o treinador convidou todo o plantel a renovar. «Queremos ficar com 80% do plantel da

época passada e fazer algumas contratações para equilibrar alguns sectores da equipa», sublinhou.



Hélder Oliveira sela acordo com Zequinha

## RENDUFE FC

## «Tem de ser o ano da subida do Rendufe»

Presidente quer formar uma equipa «ainda mais forte»

António Valdemar

A Direcção do Rendufe FC trabalhou antecipadamente na preparação da nova época desportiva e já tem o desenho do plantel praticamente acabado, faltando apenas alguns traços finais. Ao

leme da equipa vai continuar Renato Silva, que terá como adjunto Nuno Abreu e o treinador de guarda-redes é Marcelo Rezende. Joel Ribeiro é o novo Director Desportivo do clube rendufense. «Quando contratei o Renato já era para dar continuidade para este ano. Por isso, a reno-

vação foi fácil. O “mister” aceitou o desafio que lhe propus que é o de levar o Rendufe a uma divisão superior. O clube está estruturado e temos condições para dar o salto. É na Divisão de Honra que quero colocar o Rendufe FC. Essa é a ambição», começou por referir José Silva.

Quanto à constituição do plantel, o Presidente dos rendufenses diz que falta apenas definir «uma ou duas situações». «Embora no ano passado já sentisse menos dificuldades em formar a equipa, nos últimos anos esse sempre foi o nosso maior problema devido ao pelado. Este ano aconteceu o contrário. Se quisesse ficar com todo o plantel, ficava. Mas como temos de acrescentar qualidade à equipa para tentar subir à Honra, vamos dispensar seis ou sete jogadores. Neste momento, assegurámos a continuidade de 80% do plantel e já temos confirmado cinco ou seis reforços para acrescentar qualidade», garantiu o líder dos rendufenses.

«Não vamos reduzir ao orçamento»

Em tempo de pandemia, a palavra de ordem nos clubes é contenção orçamental. No entanto, no Rendufe isso não vai acontecer. Antes pelo contrário. José Silva diz que vai aumentar um pouco as ajudas de custo aos atletas. «Quem me conhece sabe que gosto de ganhar estabilidade e isso pressupõe uma série de variáveis, entre elas a financeira. Não vamos reduzir o orçamento, inclusive vou melhorar as condições dos jogadores, pois para fazer mais um pouco do que na época passada temos de investir. Claro que a situação financeira preocupa-nos, pois andamos um ano com a “casa às costas” devido à colocação do sintético e não podemos angariar os apoios que desejávamos, mas temos isso controlado», disse.

José Silva sublinhou ainda que a reestruturação feita pela AF Braga acabou por beneficiar o Rendufe. «Para ser sincero, para as nossas ambições é bom, porque as melhores equipas subiram e acabou por não descer ninguém da Divisão de Honra, equipas que normalmente são candidatas à subida. Por isso, este tem de ser o ano da subida do Rendufe», rematou.



Direcção do Rendufe apresentou equipa técnica e director desportivo

### Rendufe FC renova com equipa técnica

Maioria do plantel fica para a próxima época

A Direcção do Rendufe FC renovou com a equipa técnica liderada por Renato Silva. A novidade para esta época a entrada do treinador de guarda-redes Marcelo Rezende. Um antigo internacional brasileiro que vai criar no clube rendufense uma escola de guarda-redes. Quanto ao plantel, a Direcção acabou por renovar com 16

jogadores da época passada. Assim, continuam na equipa o guarda-redes Jorge Sá, os defesas Edu, Abel, Brito e Raúl, os médios Nuno Dias, Pereira, Juca, Mica e Januário, os extremos Chelas, Té e Chiquinho e os avançados Alexandre (Brindzz), Carlos e Brandão.



Renato Silva com os adjuntos Nuno Abreu e Marcelo Resende

### GD GERÊS

## «Não deixaremos cair o clube no vazio»

Luís Vieira deverá continuar na presidência do GD Gerês



António Valdemar

O GD Gerês vai a eleições, previsivelmente durante o mês de Junho, e a Direcção liderada por Luís Vieira deverá manter-se em funções pelo menos durante mais um ano. «Se aparecer alguma lista, nós entregamos o clube. Se não aparecer, estamos dispostos a continuar, pelo menos mais um ano, para que o GD Gerês não caia num vazio directivo. Isso não vai acontecer», garantiu o dirigente.

Segundo Luís Vieira, caso se mantenha em funções, a intenção é «dar continuidade» ao trabalho iniciado há dois anos. «Esta época terminou

de forma abrupta, o nosso trabalho foi interrompido a meio. Por isso, caso continuemos, queremos dar seguimento ao que estava a ser feito, mantendo o treinador [Manuel Dobreões] e o plantel, que como se sabe é composto maioritariamente por jogadores desta zona geográfica», apontou.

A Assembleia-Geral eleitoral, cuja data ainda não está marcada, servirá também para apresentar o Relatório e Contas referente à época 2019-2020, que foi terminada antecipadamente devido à pandemia Covid-19. «Ainda não temos as contas totalmente fechadas, mas vamos voltar a apresentar um saldo positivo», sublinhou.

### Daniel Sousa renovou pelo Lanhas

Direcção e treinador estão a preparar a nova época



Daniel Sousa (meio) com os adjuntos

Daniel Sousa vai continuar a comandar a equipa do Lanhas na próxima temporada. Conhecido no mundo da bola por Dani, o técnico vai continuar a trabalhar com o adjunto Nuno Pinheiro e com o treinador de guarda-redes João Dinis. A equipa técnica, em conjunto com a Direcção liderada por Nuno Esteves estão agora a construir o plantel competitivo para competir no campeonato da I Divisão da AF Braga.

**PICO DE REGALADOS**

# O renascer de um «grande clube»

**Seniores do Pico de Regalados estão de regresso aos distritais**

António Valdemar

Depois de um ano no campeonato do Inatel com o intuito de amadurecer ideias e ganhar experiência, o futebol sénior da ACRDSS Pico de Regalados está de regresso aos campeonatos distritais da AF Braga. A última vez que o Campo dos Abreus, ainda em terra, recebeu jogos da Distrital foi na temporada 2008/09. «Vivemos grandes momentos. O Pico tem um grande historial e muitos amigos. Como todos os clubes, tem altos e baixos. Vamos recomeçar com os pés bem assentes no chão. O principal objectivo é a disciplina, amizade e harmonia entre todos», disse o Secretário da Direcção, Adelino Araújo, que vai ser o elo de ligação entre todo o futebol do clube e a estrutura directiva liderada por Augusto Pimenta.

«Penso que estão reunidas as condições para o regresso ao futebol distrital. A equipa vai ser dirigida por um grupo de jovens, mas supervisionada pela Direcção. Vamos recomeçar com os pés bem assentes no chão. Não temos objectivos, vamos jogar porque queremos participar. Depois, o que vier por acréscimo será bom. Vai ser o renascer de um grande clube», frisou o dirigente, que saudou com entusiasmo o regresso dos jovens. «O Pico é um clube singular e o futuro pertence a esta juventude. Isso é o que lhes digo muitas vezes. Nós estamos aqui para dar apoio».

Adelino Araújo congratulou-se ainda com o facto de alguns juniores integrarem os seniores. «A formação tem de ser sempre a base do clube, penso que não faz sentido existir um clube sem camadas jovens. Vamos continuar a apostar na formação», rematou.

Albino Fernandes é o Director dos seniores Albino Fernandes, director da equipa sénior, foi um dos jovens que ajudaram o clube

a criar as condições para o regresso do clube aos campeonatos federados da AF Braga. O dirigente mostrou-se satisfeito com a evolução do projecto e acredita que o clube vai regressar aos «velhos tempos» onde se via uma grande onda vermelha na bancada. «Que voltem os tempos antigos do Pico. Esse é o nosso desejo. O Pico sempre foi um grande clube em Vila Verde e na AF Braga e aos poucos vamos reerguer o Pico», ga-

rantiu, acrescentando que a experiência no Inatel teve «bons e maus momentos». «Vamos replicar os bons e tentar corrigir o que de menos bom se passou, porque sabemos que esta época vai exigir muito de todos», frisou.

Quanto à escolha do treinador para liderar a equipa, Albino Fernandes diz que existiu consenso no nome de Alfredo Pimenta. «Fez um grande trabalho nos juniores e no

pouco tempo que esteve com a equipa sénior no Inatel mostrou competência. É um homem da casa, que só quer bem ao clube. Foi a escolha certa para comandar a equipa no regresso ao futebol federado», disse o director, que está a aproveitar o trabalho desenvolvido na formação. «Queremos que os miúdos que vieram para as camadas jovens sintam que podem dar seguimento à sua carreira de futebolista no Pico», frisou.



Adelino Araújo (meio) com Alfredo Pimenta (esquerda) treinador e o Director Albino Fernandes

## «Pensava que ia ser mais difícil construir a equipa»

**Alfredo Pimenta vai orientar o Pico no regresso ao futebol federado**

Alfredo Pimenta, ou simplesmente Fredo, foi um avançado que deixou a sua marca em vários clubes da região. Na época passada ainda começou a jogar no Aboim, mas acabou por pendurar as chuteiras para se dedicar ao treino na equipa de juniores do Pico de Regalados. Agora, aos 43 anos, vai abraçar um novo projecto na sua carreira desportiva.

«Joguei 24 anos e nunca vivi obcecado em ser treinador, mas não podia recusar este convite. Para além de treinador, vou também ajudar este clube a reerguer-se no futebol sénior. Gostava de agradecer a todas as pessoas que na época passada integraram a estrutura da equipa no Inatel porque sem eles não era possível ter uma equipa federada na AF Braga. Queria também deixar uma palavra aos meus jogadores da equipa de juniores, que fizeram um trabalho

brilhante», disse o treinador, que se mostrou satisfeito com a adesão ao projecto.

«Vamos começar do zero e temos de trabalhar muito para angariar meios financeiros para as despesas, pois temos de comprar muito material. No entanto, o que achava que iria ser mais difícil, construir a equipa, até foi o mais fácil. Fui sincero com os jogadores e disse-lhes que este ano o Pico não podia pagar nada. Por isso estava com receio de receber muitas negas. Mas dos 34 jogadores que contactei e convivi para conhecer as instalações vieram 32. Isso é um grande motivo de orgulho e um sinal que o Pico ainda é um clube muito reconhecido», venceu Alfredo. «Vai ser difícil porque temos um plantel com qualidade mas com pouca experiência para este campeonato. Tenho a certeza que vai honrar a camisola do Pico», rematou.

**Plantel em construção**

O Pico de Regalados já assegurou o concurso de 20 jogadores para a equipa sénior. No entanto, ainda só divulgou metade dos «craques» que vão fazer parte do grupo de trabalho. Eis alguns dos jogadores:

**Guarda-redes:** Diogo Sousa (ex-R. Neiva)**Defesas:** Miguel (ex-Aboim), Pedro Pimenta (ex-R. Neiva), Luís Pereira (ex-Moreira do Lima) e Valente (ex-Caldelas)**Médios:** Rancho (regresso), Paulo Machado (ex-Aboim)**Avançados:** Rafa e Azevedo (ex-juniores do Pico)

Pimenta



Miguel

## GIL VICENTE - JOSÉ RUI

## «Este é um desafio único que não podia recusar»

## José Rui trocou o SC Braga pelo Gil Vicente

António Valdemar

José Rui escolheu o Gil Vicente para dar continuidade à carreira de treinador. Zé Rui, como é conhecido, passou pelo futebol feminino do Vilaverdense, primeiro como adjunto de Miguel Santos (2016/17), actual treinador do SC Braga, e depois como treinador principal. Neste percurso no “Vila”, conquistou dois títulos nacionais no escalão de júnior e acabou por conseguir levar a equipa sénior a um 4.º lugar no campeonato da I Divisão Nacional. Em 2018, rumou ao SC Braga, onde esteve duas épocas nas juniores. Agora vai orientar o Gil Vicente que recentemente subiu ao escalão máximo do futebol nacional.

## Liderança forte

«Gosto de uma liderança forte, muita posse de bola e um grande rigor no processo defensivo. Na minha metodologia de treino, a bola tem de estar sempre presente. Também não prescindo de rigor, disciplina e compromisso».

«Estive três anos no Vilaverdense, o último como treinador principal no primeiro escalão do futebol feminino. Depois, o SC Braga foi um clube que me possibilitou crescer enquanto treinador, vivenciar momentos que guardarei para a vida, um clube que me forneceu todas as armas para trabalharmos. O meu contexto da saída do SC Braga tem a ver apenas com a minha ambição, determinação e o gosto pelo desafio. E este é um desafio único que não pude recusar», disse o treinador, que está de regresso ao maior

campeonato do futebol feminino, palco que não pisava desde a época de 2017/18.

«É um regresso enquanto treinador principal, pois no meu último ano ao serviço do Vilaverdense FC culminou num honroso 4.º lugar. O facto de treinar na I Divisão foi dos factores mais determinantes e um dos que mais pesaram na minha decisão, além, claro, da grandeza que o Gil Vicente representa. Se não estivesse preparado não tinha assumido este projecto», garantiu José Rui, de 32 anos. Quanto à meta para a nova época, o técnico diz que o mais importante é formar uma equipa competitiva para ombrear com as melhores do campeonato. «Queremos ser competitivos em todos os jogos. Se encararmos o campeonato de uma forma séria, com rigor e trabalho, estamos sempre mais perto de atingir os objetivos. Lutar pela manutenção será um desafio que motivará a todos os gilistas», concluiu, realçando que «a Direcção do Gil Vicente espera que seja executado um trabalho digno do clube». «Espera competência e trabalho árduo na procura dos trilhos para o sucesso. Criar uma equipa competitiva que ombreie com as restantes equipas do campeonato é o nosso grande foco», pretende.

## Campeonato com duas séries

Na próxima época, a I Divisão Nacional será composta por duas séries (Norte e Sul), com 10 equipas cada. Os primeiros quatro classificados de cada série vão disputar o título nacional e as restantes equipas a permanência no maior escalão do futebol feminino nacional.



## VARZIM - ROGER PINHEIRO

## «Seniores são mais desafiantes, retiram-me da zona de conforto»

## Roger Pinheiro vai liderar projecto feminino do Varzim

António Valdemar

Roger Pinheiro iniciou a carreira de treinador no futebol feminino na equipa do Pico de Regalados, onde esteve durante três temporadas. Em 2015, mudou-se para a Casa do Povo de Martim, onde esteve mais três anos, tendo levado a

equipa barcelense às meias-finais da Taça. Ficou, no entanto, o sabor amargo de não ter conseguido colocar a equipa no maior escalão do futebol português. Há dois anos, mudou-se para o SC Braga para trabalhar no projecto da formação do clube arsenalista.

«Foi-me apresentado um projecto bem de-

lineado, com directrizes bem definidas, assente numa gestão desportiva profissional de sustentabilidade e diferenciadora, no sentido da procura da excelência desportiva», explicou o treinador escolhido pela Direcção do Varzim SC no regresso do futebol feminino ao clube, 18 anos depois.

«Foi uma aposta pessoal do Sr. Belmiro Vilar, que é neste momento director do feminino e transita no seguimento da junção do CSB Amorim com o Varzim. Sendo uma pessoa que já está no futebol feminino há 20 anos e que acompanha o meu percurso desde os tempos em que eu liderava o CPMartim, apresentou como primeira opção o meu nome à estrutura do Varzim», contou, acrescentando que o facto de voltar a treinar seniores também influenciou a sua decisão. «Embora estando no SC Braga, um dos maiores emblemas nacionais para o futebol, e numa equipa de sub-19 (futebol 9), em termos competitivos não é tão desafiante como uma equipa sénior, que além do campeonato, irá disputar a Taça de Portugal. Isso retira-me da zona de conforto», frisou.

## Chegar à elite do futebol feminino

Roger Pinheiro sublinhou ainda que o foco do clube passa formar uma equipa com o «ADN varzinista» para tentar chegar à elite do futebol feminino.

«A Direcção do Varzim tem uma visão que passa por alguns pontos fundamentais, como formar equipa com o “ADN” varzinista, apaixonada, comprometida, competente e inovadora na procura da excelência. A mim compete-me tornar isso numa realidade. Queremos desenvolver um projecto sustentado na formação para num curto espaço de tempo conseguirmos estar na elite do futebol português», disse.



Direcção Varzim apresentou equipa técnica

## RIBEIRA DO NEIVA - ALEX

António Valdemar

No futebol distrital, há muitos protagonistas que, por estes dias, estão na linha da frente do combate à Covid-19. É esse o caso de Alexandre, jogador do Ribeira do Neiva, que desde o

mês de Março viu a sua vida completamente transformada. Alex, como é conhecido no mundo da bola, está há 10 anos integrado no corpo da Guarda Nacional Republicana (GNR). Depois de ter passado pelos postos de Braga e de Fátima, foi colocado na GNR da Ponte de Barca, onde não tem tido des-

canso no combate à crise pandémica que começou na cidade de Wuhan, na China, e que depois se alastrou por todo o Mundo. «A Covid-19 mudou a minha vida, como a de toda a gente, tanto a nível profissional como particular. Todos tivemos de nos habituar. Mas, sinceramente, nunca pensei

que fosse algo que iríamos viver nos tempos de hoje. Todos nós já vimos cenário destes, mas apenas em filmes e nunca pensamos realmente que fosse acontecer na vida real», disse Alexandre, que foi obrigado a redobrar os cuidados, especialmente junto da família, devido a exercer uma profissão de risco. «Tentamos sempre proteger a nossa família. Foi um sacrifício mas por uma boa causa», frisou.

Alexandre sublinhou ainda que durante estes tempos de pandemia a GNR tem recebido muitas ocorrências relacionadas com o vírus. «No meu trabalho lidamos um pouco todo o tipo de queixas, sendo que as ocorrências relacionadas com o Covid-19 foi algo a que nos fomos habituando. Como é natural, deixam-nos mais alerta e com alguma apreensão quando somos solicitados, mas sempre com as cautelas necessárias e indispensáveis de segurança que impõem nestes tempos», frisou.

## Falsos alarmes

O militar da GNR lamenta apenas que muitas das ocorrências que recebem sejam falsos alarmes. «As situações são muito variadas. É difícil memorizar tudo, mas em relação a esta pandemia muitas vezes o povo lança alertas que depois, quer nós, quer as entidades de saúde e municipais, verificamos que não são reais, o que acaba por alarmar a população sem necessidade», contou, acrescentando que durante estes meses de pandemia ainda não deu ordem de detenção a ninguém. «Nunca foi necessário dar essa ordem, primamos sempre pela sensibilização e consciencialização das pessoas. No geral, as pessoas costumam acatar bem as ordens das forças de segurança, porque sabem que estamos a zelar pela sua saúde».

Viseira, máscara e luvas são as novas indumentárias que compõem a farda da GNR. «Temos de nos proteger a nós e aos outros. A população tem cumprido com as regras de segurança. Penso que o desconfinamento, para já, está a correr dentro do esperado», concluiu.

«SÓ EM FILMES É QUE TÍNHAMOS VISTO CENÁRIOS DESTES»



Alex joga no Ribeira do Neiva e é GNR em Ponte da Barca

## «O plantel recebeu bem o novo mister»

## Ainda não sabe se fica no Ribeira do Neiva

Quando o campeonato foi interrompido, em Março, a equipa do Ribeira do Neiva ocupava o penúltimo lugar na série A da Divisão de Honra, com 19 pontos, a seis da primeira equipa acima da linha de água. Embora ainda faltassem sete jornadas para o fim do campeonato, a tarefa dos ribeirenses não se apresentava nada fácil para conseguir a manutenção.

«Não podemos negar que esta situação nos beneficiou, estaria a ser hipócrita se dissesse o contrário, mas ainda estavam muitos pontos em disputa e podíamos muito bem ficar nesta divisão», afirmou o central, que quase desceu ao Inferno depois de na época passada ter tocado no Céu, com a conquista do título da I Divisão distrital. «A época foi de extrema dificuldade por ser a estreia do clube e de muitos jogadores na Honra. Individualmente também não podia correr bem, pois estávamos a lutar pela descida. No entanto, penso que pessoalmente estava a corresponder dentro do campo»,

disse.

Alexandre abordou ainda a troca de Rui Silva por Zequinha no comando técnico da equipa. O experiente jogador diz que o plantel recebeu de «forma positiva» o novo «mister». «Foi uma mudança que implicou outros hábitos e outras ideias, mas que o plantel recebeu de forma positiva. Continuamos a discutir o resultado em todos os jogos», frisou.

Quanto ao futuro, o central diz que ainda não sabe se vai continuar a jogar futebol devido às restrições dos novos horários na GNR impostos pela pandemia.

«Ainda estavam muitos pontos em disputa e podíamos muito bem ficar nesta divisão»



Alexandre diz que ainda não sabe se vai ficar no Ribeira

VIEIRA SC - NELSON FERNANDES

# Sacrificar a vida pessoal para ajudar a cuidar de idosos

Nelson Fernandes trabalha num lar e está na linha da frente no combate à pandemia

António Valdemar

A pandemia transformou por completo a vida de Nelson Fernandes. Para além da falta do futebol (ver peça à parte), Neno, como é conhecido no mundo da bola, viu-se obrigado a ter cuidados redobrados no dia-a-dia, uma vez que trabalha num lar de terceira idade, o AS-Acolhimento Sénior, situado na Vila de Prado.

«Se este vírus transformou por completo a vida das pessoas imagine as que trabalham em locais de risco como é o nosso caso. Temos de ter muitos mais cuidados e fazer sacrifícios pessoais, como estar longe da família para evitar ao máximo contacto para proteger os nossos utentes e também os nossos familiares. Não tem sido fácil, mas temos uma equipa fantástica que nos ajuda a superar essas dificuldades», frisou o jogador, natural da Freguesia de Valdozende, em Terras de Bouro.

## Sem casos positivos

Ao contrário de muitos outros lares espalhados pelo País, nenhum dos 32 utentes do AS-Acolhimento Sénior, especializado em doenças de Alzheimer, Parkinson e Cuidados Paliativos, acusou positivo no teste realizado ao Covid-19. Nelson diz que para isso contou muito o «profissionalismo» e «sentido de responsabilidade» da Direcção do lar, que tomou medidas preventivas mesmo antes de se conhecerem os primeiros casos de Covid-19 em Portugal.

«Felizmente, a Direcção do nosso lar tomou logo várias medidas fechando o espaço para evitar o máximo de contacto com o exterior. Outra medida passou pelo confinamento. As equipas passaram

a trabalhar em circuito fechado de 7 ou 14 dias. Depois, foram executadas várias medidas internas em termos do plano de contingência, como, por exemplo, o isolamento de casos suspeitos. Felizmente, até ao dia de hoje, não tivemos qualquer caso positivo», congratula-se o jogador do Vieira SC.

## Iniciativas internas

O confinamento levou ao isolamento dos idosos que se viram privados da visita dos familiares e amigos. Para mitigar essa solidão, a equipa de trabalho do lar realizou várias iniciativas internas e aí entrou também a vertente musical de Nelson, que para além de futebolis-

ta também é músico. «Os nossos utentes sentiram muito estas mudanças e o trabalho da nossa equipa, que funciona como uma família, foi sempre no sentido de minimizar estes danos, principalmente com a ausência dos familiares. Fazemos muitas iniciativas internas para que eles se distraíam», rematou.



Nelson Fernandes joga futebol e trabalha num lar de idosos em Prado

## «Foi uma época atípica, mas podíamos ter feito mais»

Neno analisa temporada do Vieira SC no Campeonato da Pró-Nacional



Neno jogou no Vieira na época passada

«O futebol também é um vírus que se pega, mas é um vírus bom e que deixa saudade», diz Neno, que a cada dia que passa sente mais saudades do cheiro do balneário, das brincadeiras antes dos treinos, do «stress» em chegar a tempo e horas aos treinos para esporecer de um dia de trabalho. «São pequenas coisas que nos fazem falta e que apenas sentimos quando não as temos. Mas este tempo tem-nos ensinado muito em relação a isso», diz o jogador, de 31 anos, que regressou ao Vieira SC na época passada.

«É difícil fazer um balanço sem a época ter terminado. Ainda faltavam muitos jogos para terminar o campeonato e sinto que podíamos alcançar o nosso objectivo. No entanto, estamos todos conscientes que podíamos e devíamos ter feito muito mais. Mas esta acabou por ser uma época atípica»,

disse o lateral.

Neno sublinhou ainda que a sorte não bafejou o plantel do Vieira. «Foram lesões e mais lesões, qual delas a mais atípica e em sectores e jogadores muito influentes na equipa. Tínhamos uma equipa muito jovem que precisava de competitividade interna, o que não se verificou ao longo de uma época muito estranha», desabafou o jogador, que também foi apoquentado por uma lesão. «Tirando essa parte negativa, penso que talvez fosse umas das minhas épocas mais regulares. Isso também se deveu à estabilidade que encontrei no regresso ao Vieira».

«O futebol também é um vírus que se pega, mas é um vírus bom e que deixa saudade»

## «Minimizar os estragos»



Quanto à reestruturação dos campeonatos, Neno diz que foi a forma que a AF Braga encontrou para «minimizar os estragos» provocados pelo encerramento dos campeonatos. O lateral elegeu ainda o Pevidém e o Brito como as melhores equipas do campeonato. «Só me resta dar-lhe os parabéns e desejar-lhe sorte», afirma. Admitindo que esta época lhe «soube a pouco», Neno promete continuar a fazer uma das coisas de que mais gosta, que é jogar futebol, se profissionalmente conseguir concilia as duas coisas.

«Enquanto me sentir feliz e com saúde para corresponder às exigências do futebol vou continuar a jogar à bola. Ainda por cima esta época soube-me a pouco, devido a toda esta situação que estamos a atravessar», frisa.

**ESTE FC - JORGE RODRIGUES****Jorge Rodrigues, Presidente do Este FC**

António Valdemar

Jorge Rodrigues assumiu a presidência do Este FC há seis anos e tem procurado implementar uma mentalidade diferente no clube situado na Freguesia de Este S. Pedro. O líder do clube bracarense diz que se os dois clubes da mesma Freguesia (Este FC e S. Mamede) se fundissem seriam um caso sério no futebol da AF Braga. Na entrevista à edição digital do Desportivo, o Presidente do Este FC abordou ainda vários assuntos do clube.

**É difícil dirigir um clube que fica na malha urbana da cidade?**

É sempre difícil gerir um clube de futebol, onde os apoios são muito escassos e que vive muito do trabalho feito pela Direcção.

**Qual o relacionamento com os clubes da cidade?**

O relacionamento com os clubes é o mais ético possível, precisamos uns dos outros, há muito respeito pelo trabalho de toda a gente e não tenho razão de queixa de ninguém.

**Mas devia haver mais união entre todos?**

Sim, deveria haver mais união nas questões relacionadas com medidas que são "impostas" aos clubes pelas entidades administrativas, sem que os clubes sejam consultados. Sendo nós sócios, a minha opinião é que deveríamos ser ouvidos para contribuir para a melhoria do futebol.

**É da opinião que os dois clubes (Este e S. Mamede) devam unir-se ou isso é inviável?**

Na minha sincera opinião, acho que os clubes deveriam unir-se. A Freguesia ia sair beneficiada, pois tem excelentes pessoas e muito competentes a dirigir os clubes e não tenho dúvidas que se isso viesse a acontecer, a curto prazo, iríamos ombrear com os emblemas mais sonantes do distrito.

**Qual o orçamento do Este FC?**

Temos que trabalhar muito para pagar as despesas. Posso dizer que a luz e o gás,

que é o clube que paga, consomem metade do orçamento. A essas despesas temos de somar ainda as inscrições das equipas, despesas com aquisição de material desportivo e equipamentos e despesas de deslocações por todo o distrito. É preciso fazer uma ginástica muito grande e só com muito rigor se consegue cumprir os compromissos, mas é muito difícil.

**E com que apoios conta o clube?**

Temos apoio da Junta de Freguesia, do Município de Braga, que paga as inscrições dos atletas e dirigentes da formação, do bar do clube, alguns amigos que nos ajudam com patrocínios, sem os quais não conseguiríamos fazer face à tanta despesa e, claro, os sócios, não são muitos mas têm sido muito importantes com o pagamento das suas quotas. Por isso, quero agradecer a todos os dirigentes do Este FC pelo compromisso, lealdade e excelente trabalho que desenvolvem diariamente. Agradecer aos pais, sócios e patrocinadores e à Junta de Freguesia e Município de Braga por estarem sempre ao nosso lado.

**Porquê a aposta em Ricardo Silva?**

O "mister" Ricardo é uma pessoa extraordinária e que ama o jogo, o futebol, desde logo reúne as condições para treinar o Este FC. Além disso, tem conhecimento e ambição. É uma pessoa extremamente organizada, séria e competente. Enquadra-se perfeitamente no perfil de treinador que queremos para o nosso clube e está identificado e enquadrado com o nosso projecto.

**«Temos estrutura mas não temos orçamento»****O Este FC tem estrutura para assumir uma candidatura à Pró-Nacional?**

Temos estrutura para assumir uma candidatura à Pró-Nacional ao nível das competências de organização e planeamento. Neste aspecto, temos estrutura para permanecerem afirmarmos-nos nessa divisão. No entanto, como sabemos, a participação em alguns campeonatos já requer orçamentos que no imediato não estão ao nosso alcance, infelizmente, mas trabalhamos arduamente para sermos um clube cada vez mais forte também a esse nível.



**«SE OS DOIS CLUBES SE UNISSEM COM OS EMBLEMAS MAIS SONANTES»**

**Na próxima época partem com o objectivo de subir?**

O objectivo do Este FC em todos os campeonatos em que participa, seja em que escalão for, é jogar sempre um futebol positivo, na procura do golo e trabalhar também no jogo para não sofrer golos ou sofrer o menor número de golos possível. Somos um clube que valoriza o

jogo e claro que no futebol 11 trabalhamos sempre com o propósito de vencer e ambicionamos sempre o máximo que os campeonatos nos podem proporcionar. Sabemos as nossas capacidades e respeitamos muito todos os nossos adversários.

**«As obras do campo do Este FC foram pagas e não foram concluídas»**

Parque de jogos com problemas de infiltrações



Jorge Rodrigues reclama obras no parque desportivo do clube

O Presidente do Este FC tem criticado nas redes sociais, com a ilustração de imagem, a degradação do campo 25 de Abril. Jorge Rodrigues diz que as obras foram pagas e não foram concluídas.

**Tem feito reclamações devido à degradação das instalações. Esse problema está solucionado?**

Não está solucionado. Isto é um problema de infiltrações e muitas deficiências na construção do equipamento. Os holofotes de iluminação do Este FC vieram do "velhinho" Estádio 1.º de Maio. Estas lâmpadas são raras e caríssimas e os custos com a iluminação nos meses de Inverno ultrapassam os 1.000 euros. Ninguém sabe dizer se no caderno de encargos estava previsto o novo sistema de iluminação. Este está obsoleto e em vias de avariar definitivamente, tal é o aquecimento

do sistema de iluminação.

**Não acha que os clubes também devam preservar e melhorar se possível os seus parques desportivos?**

O Este FC nesse aspecto é um exemplo. Estamos sempre a fazer isso e substituímos muitas vezes a entidade que tem a obrigação de fazer a manutenção das instalações. O campo do Este FC é objecto de um contrato de manutenção celebrado entre a Junta de Freguesia, Município e uma empresa privada. Esse contrato tem um prazo de 25 anos. Nós comunicamos atempadamente os problemas que não conseguimos resolver e essas questões arrastam-se no tempo e algumas nunca foram resolvidas. As obras do campo do Este FC foram pagas e não foram concluídas e isso está à vista de toda a gente.



# «ISSEM IRÍAMOS OMBREAR SONANTES DO DISTRITO»



Nome: Jorge Rodrigues

Idade: 48

Profissão: GNR

Ano em que entrou para a presidência: 2014

## Este FC pede isenção da taxa de inscrição

Presidente diz que deviam subir apenas os primeiros classificados

O que pensa da reestruturação dos campeonatos?

Esta reestruturação foi complexa e injusta, mas temos que a respeitar e dar os parabéns a quem decidiu assim, pois é um assunto que nunca iria agradar a toda a gente, mas não concordo.

«Esta reestruturação foi complexa e injusta, mas temos que respeitar»

Na sua opinião havia outra solução?

Deveriam apenas subir de divisão os primeiros classificados de cada série, de resto concordo em não descer ninguém. Penso que a AF Braga não se lembrou dos outros clubes que não estavam envolvidos neste processo de subidas e descidas e que vão sair bastante prejudicados.

Que tipo de apoio a AF Braga devia dar aos clubes para compensar o facto e não ter terminado os campeonatos?

Depende muito das condições que os clubes vão ter no recomeço das competições. Os clubes devem ficar isentos do pagamento da taxa de inscrição de equipa à AF Braga na época 2020/2021 para todas as equipas dos escalões de formação e do escalão sénior. Lembro que Este FC pagou 2.050 euros para inscrever as suas equipas. Isentar o pagamento das renovações dos atletas seniores, apenas limitar esta acção ao pagamento do seguro e isentar o pagamento das inscrições dos dirigentes.



## «Este ano devemos ter mais dois campos para treinar»

Este FC movimenta mais de 200 atletas

Jorge Rodrigues diz que a formação é a principal bandeira do clube, que movimenta mais de 200 atletas em todos os escalões e precisa urgentemente de mais campos para desenvolver o seu trabalho.

A formação é uma das bandeiras do clube?

Sim, a formação é sem dúvida uma das nossas bandeiras, temos o nosso método de trabalho que se tem revelado muito positivo e o orgulho com que os nossos atletas defendem este clube é reflexo disso mesmo.

Quantos atletas movimenta o clube?

Desde os petizes aos veteranos já somos mais de 200.

É muita coisa para um campo apenas?

Sim, sem dúvida, mas somos muito organizados e todas as equipas têm possibilidade de usar o campo todo, uma ou duas vezes por semana, incluindo as equipas de futebol 7, através de jogos-treino com equipa do mesmo escalão ou de escalão superior.



Presidente do Este quer dar mais condições de trabalho aos atletas

Não há possibilidade de utilizarem outras infra-estruturas da cidade?

Sim, há essa possibilidade, já utilizamos outra infra-estrutura cedida através de protocolo com a Junta de Freguesia de Gualtar, mas é manifestamente insuficiente para o nosso projecto. No entanto, continuamos a manter contactos e este ano estou convencido que teremos mais um ou dois espaços de treino, elevando e melhorando assim as nossas

excelentes condições para a prática da modalidade.

Também apostaram no futebol feminino. Como tem sido a adesão?

Tem sido uma experiência fantástica, a adesão foi muito boa para um primeiro ano. Com esta equipa vivemos situações fantásticas, onde a alegria e o "fair-play" são uma constante, independentemente do resultado.

Que avaliação faz da formação da AF Braga?

A formação da AF Braga está a passar pela sua melhor fase, cada vez mais os dirigentes estão mais preparados através de ferramentas que a AF Braga nos proporciona através de cursos de formação. Temos também cada vez mais treinadores preparados com cursos e habilitações académicas para trabalhar nas equipas de formação ou até mesmo no futebol sénior. Para ter uma ideia, nesta época que terminou, tivemos nas nossas equipas nove treinadores habilitados com curso, dois com habilitações académicas e os restantes colaboradores são pessoas do futebol que estão à espera da oportunidade financeira para conseguirem também eles ter o seu curso de treinador.

Ainda assim, penso que os campeonatos deveriam ser reestruturados, no futebol 7 e futebol 9, as séries podiam ser organizadas por ano de nascimento. No futebol 11, não devia ser permitido um jogador fazer mais que um jogo por fim-de-semana. Penso que iríamos ter mais verdade desportiva.

**SOARENSE - CARLOS GUIMARÃES**

António Valdemar

**O** Soarense é um dos clubes mais emblemáticos e dos mais antigos da cidade de Braga, tendo sido fundado em 1926, embora haja registos que apontam 1908 como o ano da sua fundação. Situado na Avenida Artur Soares, mais conhecida como rua das “Palhotas”, o clube tem perdido alguma “mística” e adeptos devido à desertificação do local, que passou de meio milhar de habitantes para cerca de meia centena. O Desportivo foi ao encontro do Presidente do clube, Carlos André Guimarães, para saber como tem o Soarense conseguido sobreviver no meio de tantas dificuldades e que projectos tem para o futuro.

**Está há muitos anos ligado ao Soarense?**  
Já estou no Soarense há nove anos. Estive no clube durante quatro anos como director e em 2016 assumi a presidência.

**Como surgiu esse convite?**

Foi devido à sua situação do então Presidente, João Silva, quenão conseguia conciliar a presidência com a sua actividade profissional. Na altura, já era Vice-Presidente e tinha o sonho de ser Presidente do clube do meu coração e por isso foi fácil aceitar este desafio.

**Qual o significado estar na presidência de um dos clubes mais emblemáticos da cidade de Braga?**

Tem um significado tremendo. Posso dizer que estou na cadeira de sonho. Digo isto algumas vezes, apesar de não ser nada fácil gerir um clube que cada vez tem mais dificuldades financeiras. O futebol amador está um pouco à margem desta “malta” mais jovem.

Sendo o Soarense um dos clubes mais míticos e mais antigos da cidade, a maior parte da massa associativa já é sénior. Posso dizer que neste momento, com menos de 40 anos de idade, temos apenas cerca de 25% de associados.

«O futebol regional está de novo a ser tomado de “assalto” por valores completamente inoportáveis»

**Que balanço faz dos seus mandatos?**

Faço um balanço positivo, apenas manchado pela descida de divisão. Fiquei muito triste por isso ter acontecido, mas infelizmente tornou-se inevitável, pois o futebol regional está de novo a ser tomado de “assalto” por valores completamente inoportáveis, o que faz com que os clubes mais pequenos, como o Soarense, sofram com a saída dos seus melhores atletas a troco de nada. Mas, por outro lado, vamos inaugurar a nossa nova sede social muito em breve, que será a nossa maior fonte de receita. Isso vai dar-nos mais alento para olharmos o futuro com mais confiança.

**Nova sede em Julho**

**Para quando está prevista a inauguração?**  
Penso que durante o mês de Julho iremos ter todas as condições para fazer a tão desejada inauguração da nova sede, que fica situada a cerca de 50 metros da actual.

**É difícil dirigir um clube numa cidade e ainda por cima um “clube de uma rua”, se me permite a expressão?**

Claro que permito, é a mais pura das verdades. É extremamente complicado sobreviver nos tempos que estamos. Antigamente, a rua das “Palhotas” tinha cerca de 500/600 moradores, o que nos tornava num clube temível. A mística nasceu aí. Actualmente, a rua sobrevive com cerca de 50 habitantes, o que torna tudo mais complicado. Algumas das pessoas que abandonaram a rua para ir viver para outros lados também “abandonaram” o Soarense.

**«Acredito que a mística vai renascer» Ainda existe aquela mística das “Palhotas” ou isso está a perder-se com as gerações mais jovens?**

Sim, ainda existe, mas tende a perder-se com a desertificação da rua. No entanto, acredito que com a nova sede e com uma boa época, que culmine com a subida de divisão, vamos criar condições para essa mística começar a renascer nos mais novos, ou seja, nos filhos e nos netos de todos os que ainda vivem por cá e que sentem um carinho especial por nós.

**«Da Junta não temos os apoios que desejávamos»**

**Que apoios tem o clube para além do Município e da Junta?**

Infelizmente, da Junta não temos tido o apoio que desejávamos e que merecíamos. O futebol em S. Vicente foi esquecido. Depois de termos sido campeões por três vezes nas camadas juvenis, uma palavra de agradecimento nos chegou oficialmente da Junta de Freguesia. Essa é uma mágoa grande que guardo. Sabendo das nossas dificuldades que 95% dos nossos atletas são da Freguesia, acho que a Junta devia apoiar mais o clube.

Mas, felizmente, temos alguns apoios fundamentais para a nossa sobrevivência. Por isso, queria deixar uma palavra especial de agradecimento aos patrocinadores mais antigos: Mebra, Titãs, Prozis, Pastelaria Glória/Dom Diogo, Tabacaria Amorim, Daniel Almeida (Zome), Grelhados Maravilha e W7. Temos também alguns associados que a nível pessoal nos dão uma ajuda muito boa nesta luta cada vez mais difícil, sem esquecer, claro, o apoio fundamental do Município de Braga.

**O Soarense é um clube estável financeiramente?**

Felizmente, temos todas as nossas contas controladas junto dos nossos fornecedores. No entanto, devido à pandemia e à falta de condições para reunir com alguns patrocinadores ainda temos alguns valores a receber que darão para colocar todos os pagamentos referentes à época finda em dia.

**Que projectos têm para o futuro?**

Neste momento, quero consolidar a equipa de formação, criar bases que me permitam acompanhar todos estes meninos até aos seniores. No dia que vir um destes atletas representar o Soarense na equipa principal será um sonho realizado.

Carlos André C



«POSSO DIZER QUE NA CADEIRA DE S

Guimarães, Presidente do Soarense SC

## «Falharam algumas coisas entre as quais as arbitragens»

### Nuno Borges mantém-se como treinador

Esta época, o Soarense apostou na subida. O que falhou?

Falharam algumas coisas. Olhe, faltou equilíbrio do plantel e com isto não quero de maneira nenhuma culpar jogadores ou treinadores, mas penso que nos faltaram algumas soluções para encarar a subida de outra forma.

Faltou-nos também alguma identidade. Uma equipa que apostou tudo para subir não pode nunca encarar um jogo com excesso de confiança. Infelizmente, tivemos duas derrotas consecutivas na 1.ª volta que deitaram tudo a perder.

Mas também falharam os árbitros, ou melhor, a AF Braga. Não podemos deixar de mostrar o nosso desagrado por algumas arbitragens. Como pode um árbitro anular um golo por fora-de-jogo num lançamento de linha lateral? Como pode um árbitro dar três minutos de desconto e marcar um penálti quando passavam cinco? Como pode um árbitro expulsar um jogador aos 20 minutos de jogo por duas faltas normais, no meio do campo, quando existem agressões e não mostra sequer um amarelo? O curioso é que todos esses jogos tiveram observador. Sabem qual foi a nota? Positiva!

Esta época a prioridade é colocar a equipa na Divisão de Honra?

Claramente. Depois da desilusão vivida



Carlos Guimarães presidente do Soarense quer inaugurar nova sede em Junho

nesta época não temos outra alternativa que não seja recolocar o Soarense na divisão de onde nunca deveria ter saído.

Com Nuno Borges novamente ao leme da equipa?

Sim, já renovou.

Que opinião tem sobre a reformulação dos campeonatos?

Foi a forma mais simples de ajudar quem já é ajudado. O que quero dizer é que todos os clubes mais fortes, que, claro, estavam na luta pelos primeiros

lugares, conseguiram os seus objectivos. Não foi premiado nenhum mérito desportivo, o mesmo se passou nas descidas. Mas qualquer que fosse a decisão ia ser respeitada pelo nosso clube.

Prevê muitas dificuldades devido a esta crise pandémica?

Infelizmente, o futuro não será fácil. O futebol regional irá sofrer muito, porque os principais apoios vinham de pequenas e médias empresas que devido à pandemia enfrentam agora graves crises financeiras.

## «Algumas pessoas não foram sérias nem verdadeiras»

O clube perdeu muito com a saída da Mata da Ordem?

Sem dúvida que perdeu, mas também perdeu muito quando saímos pela primeira vez das Camélias para a Mata da Ordem. Essas duas mudanças abanaram um pouco com a estrutura. Desde aí que temos vindo a perder alguns adeptos nos nossos jogos. Infelizmente, existem pessoas que andam no futebol para benefício próprio. Todos devemos defender o nosso clube com o coração, mas nunca podemos perder a nossa identidade e os nossos valores. Abandonámos a Mata da Ordem porque alguns dos

intervenientes do processo não foram sérios nem verdadeiros.

Fica muito dispendioso andar com a “casa às costas”?

Sinceramente, não é um valor que nos traga muitas dificuldades. No entanto, no final da época esse valor poderia permitir aplicá-lo noutras situações que o clube necessita.

O clube necessita urgentemente de uma casa própria?

A Câmara e a Junta têm de arranjar uma so-

lução para S. Vicente. Uma Freguesia como a nossa tem de ter infra-estruturas desportivas. Um parque desportivo só trazia valor à Freguesia e por consequência iria ajudar também o Soarense.

Onde gostavam de jogar?

Gostávamos de jogar em S. Vicente, junto dos nossos sócios e adeptos, mas não nos querem dar essa solução. Por isso, penso que, neste momento, o campo das Camélias (apesar de necessitar urgentemente de uma intervenção, que julgo estar programada) é a melhor solução.

## «Foi uma aposta ganha»

### Soarense apostou na formação há sete anos

Há sete anos, o Soarense decidiu apostar na formação com a criação de três equipas. Uma decisão que abriu uma “guerra” com o Bairro da Misericórdia e que “obrigou” o clube a mudar de casa. Carlos Guimarães diz que o projecto tem sobrevivido com algumas dificuldades, mas que vai manter-se.

Como está a correr o projecto da formação?

O projecto da formação iniciou-se há sete anos e já conquistámos três títulos. Por isso, foi uma aposta ganha. É um projecto que está a nascer e que está a ter as suas dificuldades para se manter, mas com empenho e vontade de todos

iremos levar o barco a bom porto.

Quantos atletas têm na formação?

Começámos este projeto com três equipas (traquinas, benjamins e infantis) e neste momento apenas temos uma de iniciados com 18 atletas.

É fácil arranjar atletas com tantos clubes na cidade?

Infelizmente, não é nada fácil. Estamos a passar por imensas dificuldades, também devido ao nosso campo ficar afastado na nossa Freguesia. Ainda conseguimos arranjar transporte para alguns, mas infelizmente não temos capacidade para mais.



João Silva com Carlos Guimarães

E ESTOU  
ONHO»

## SL BENFICA - GUSTAVO MENDONÇA

# Gustavo quer chegar à equipa principal do Benfica

Um amarense a brilhar na Academia do Seixal

António Valdemar

**G**ustavo começou a dar os primeiros chutos na bola na Escola de Futebol Soccer Place, em Besteiros, Amares. Mas a qualidade que apresentava depressa despertou a atenção de outros clubes, acabando por receber um convite da Escola de Futebol do Benfica da Póvoa de Lanhoso, que na altura tinha como “casa mãe” o Parque Desportivo do Faial, em Prado. Daí até ao Seixal foi um pequeno salto. Em Setembro de 2015, com apenas 12 anos, viajou para Lisboa.

«Fiquei num quarto juntamente com cinco colegas de equipa, foi bastante complicado. Era um miúdo, isso obrigou-me a crescer muito depressa. No início tinha muitas saudades dos meus pais. Chorei muitas vezes, mas com o tempo ultrapassei isso, pois a vontade de seguir o meu sonho era maior», contou o médio, que ficou radiante com o facto de assistir ao vivo aos jogos do Benfica.

«Lisboa sempre foi uma cidade de que gostei imenso porque era lá que estava o Estádio da Luz. Ficava triste porque não podia ir ver os jogos, mas a partir daquele dia sabia que ia ser uma realidade. Era uma criança feliz. Em relação ao Benfica, a adaptação foi fácil, pois já tinha os valores e métodos de treino que se praticavam no Seixal. No campo não mudou rigorosamente nada», explicou, acrescentando: «Dou-me bem com toda a gente, mas tenho uma ligação de muita confiança com o Manuel Campo, meu colega de quarto, que é como um irmão para mim».

## Título adiado

Quanto à prestação da equipa de juvenis no campeonato nacional, Gustavo diz que o balanço até à paragem do campeonato, devido ao Covid-19, estava ser muito positivo. «A equipa tem muita qualidade, mas ficamos com um sabor amargo depois de o vírus nos roubar a hipótese de chegar ao título. Esse era o nosso foco principal. Agora



**Nome:** Gustavo Mendonça

**Posição:** Médio

**Data Nascimento:** 11/03/2003

**Naturalidade:** Amares

**Clube:** SL Benfica

só nos resta preparar para a próxima época porque esta já passou», frisou

## Jogar na equipa principal

Chegar à equipa principal do Benfica não está ao alcance de qualquer jogador, mas Gustavo alimenta esse sonho desde pequeno e lembra que o clube «aposta muito na formação». «O meu sonho, como o de todos os meus colegas, é jogar na equipa principal do Benfica. Sei que não é fácil e apenas alguns conseguem atingir esse feito, mas acredito que se continuar com esta dedicação e trabalho posso alimentar esse sonho», disse.

## Chiquinho, Florentino e a referência Taarabt

A convivência com os ídolos



Ao longo da época, o Benfica proporciona aos seus futuros “craques” um contacto com os seus ídolos. Gustavo diz que esse é um momento importante e motivacional. O médio elogia a humildade de Chiquinho e Florentino, mas é o marroquino Taarabt quem mais o encanta dentro do campo. «O contacto com os jogadores da equipa A é importante para nos motivar e para nos darem conselhos. Dou-me bem com alguns jogadores, como o Chiquinho e o Florentino, que têm uma humilde muito grande e sabem que é importante os jovens terem referências para um dia chegarem onde eles já estão», explicou.

## «Chego ao fim do dia estourado»

O dia-a-dia de Gustavo



Gustavo joga nos juvenis do Benfica

O sucesso dá muito trabalho e para chegar ao topo é preciso fazer muitos sacrifícios. Gustavo tem os dias preenchidos com as aulas e os treinos na Academia do Benfica e só à noite é que consegue respirar um pouco. «Temos aulas até às 15h45, às 16h30 temos ginásio e logo a seguir o treino de

campo. Depois vamos ao ginásio alongar e fazer uns exercícios mais específicos. Por volta das 20h00janto e só aí é que me deito na cama e tenho algum tempo para fazer o que quiser. Confesso que é bastante cansativo, chego ao final do dia completamente estourado», atirou.

## O físico e a alimentação sem descuidar a tática

Treinos em quarentena

A pandemia obrigou Gustavo regressar a casa mais cedo do que o previsto. No entanto, o médio trouxe muitos trabalhos de casa e não foram apenas escolares. «O Benfica elaborou um plano de treino para aplicarmos todos os dias. Temos também o acompanhamento do departamento de nutrição para nos ajudar na alimentação e fazemos análises táticas, entre outras coisas. O clube dá-nos todas as condições para continuarmos o nosso trabalho, mas claro que não é a mesma coisa do que os treinos no Seixal», venceu.



Médio ao serviço da Selecção Nacional