

 **DIGITAL** • www.desportivoaledohomem.pt

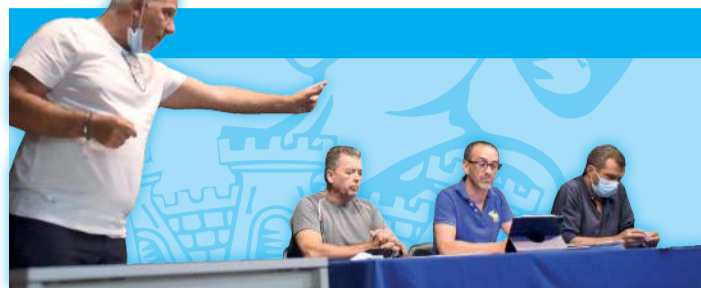
Este FC com plantel fechado  
Xiço quer levar equipa à Pró-nacional

Maximinense  
festejou 90 primaveras

Porto d' Ave abriu oficina a pensar na manutenção

Canetas quer despedir-se com títulos no Dumienense

**desportivo**   
VALE DO HOMEM



P. 6 // FC AMARES

**FC AMARES | CLUBE VAI A VOTOS  
A 20 DE AGOSTO  
CONTAS FINALMENTE APROVADAS**

P. 7 // GD CALDELAS

Oito reforços  
e 10 renovações

Capitão confiante  
numa boa época



P. 5 // GD PRADO

- GD Prado renovou com 17 atletas
- Pré-época começa a 10 de Agosto



P. 16 // TERRAS DE BOURO

**Cristiano Ferreira**  
é o novo treinador

P. 11 // RENDUFE FC

- Plantel está fechado
- Onze reforços contratados

P. 11 // GD GERÊS

- **Vinho** mantém-se mais um ano

P. 10 // RIBEIRA NEIVA



Com 10  
caras novas

Artur diz que a ambição  
é regressar à Honra

LANK VILAVERDENSE

**PLANTEL COM MUITAS  
NOVIDADES**



➤ **Pedro Freitas** está de regresso à baliza

➤ «Queremos lutar pelos primeiros lugares»

➤ **Feminino** | Regresso à Liga BPI é para durar

P. 14-15 // CN PRADO



➤ Conquistou **três medalhas** no Europeu

➤ Município homenageou atletas internacionais

**RAMALHO É O REI  
DA MARATONA**



**AVELINO MACEDO,  
UMA HISTÓRIA  
DE SUPERAÇÃO**

P. 12 // TRAIL



## LANK FC VILAVERDENSE

## «Estou preparado para este novo desafio»

▶ ▶ André Tavares é uma das caras novas do plantel do Lank FC Vilaverdense



André Tavares é um jovem promissor que promete ser uma das agradáveis surpresas no renovado plantel do Lank Vilaverdense FC para a época de 2021/22. Formado no Maia e no Leixões, jogou a sua primeira época de sénior no Freamunde, na Divisão de Elite da AF Porto, em 2018/19. Na época seguinte, regressou ao Maia, que também competia na maior divisão do Porto. A sua qualidade despertou o interesse de vários clubes dos Nacionais e o médio acabou por rumar ao União de Santarém. «As coisas correram muito bem, tanto a mim, que fiz muitos jogos, como à equipa que subiu à Liga 3 em segundo lugar, atrás do Alverca», contou o jogador, natural do Porto.

«Este ano queria um clube mais perto de casa. Um amigo, que me ajuda na minha carreira, falou-me bem do Lank FC Vilaverdense, das condições e das pessoas que cá estavam. Vim visitar as instalações e falar com os responsáveis, acabei por gostar», acrescentou o médio.

André Tavares sublinhou ainda que lhe agradou muito a ambição demonstrada pela Direcção do clube vilaverdense. «Todos os jogadores gostam de ganhar e quando tens uma estrutura por trás com a mesma ambição ou ainda maior é mais um motivo de motivação. Sempre ouvi falar bem do clube e já conhecia o projecto com o Lank, pode ser uma boa rampa de lançamento para muitos jovens», anotou.

O jogador vai competir pela primeira vez

na Série A do Campeonato de Portugal, que na sua opinião é um campeonato mais físico. «Lá em baixo joga-se melhor, aqui as equipas são mais aguerridas e o futebol mais físico, por isso a minha forma de jogar também tem de ser diferente. Sei o que treinador quer e o que o campeonato pede. Estou preparado para este desafio», apontou, acrescentando que apesar do plantel ser quase todo novo houve a preocupação de «procurar juntar jogadores com características iguais». «Isso pode ajudar a entrosar mais rapidamente a equipa», considerou.

## Qualidade de passe e bolas paradas

André Tavares jogou a central na formação, mas o espaço que mais gosta de ocupar no relvado é o de médio defensivo. «Gosto de jogar na posição 6. Foi aí que joguei a época passada e é onde me sinto mais confortável», confidenciou o médio, que se adapta facilmente à ideia e modelo de jogo do treinador. «Gosto mais de jogar sozinho, mas já joguei com um duplo pivot ou mesmo com três homens no meio campo, adapto-me facilmente», frisou o médio. André destaca-se pela sua qualidade de passe. «Gosto de ter bola, sair a jogar e penso que me enquadro na filosofia de jogo que me apresentaram. Sempre marquei golos de bola parada e espero continuar a fazê-lo aqui. Mas essencialmente gosto de servir os meus colegas. O que posso prometer? Com homem do Norte, entrega e muito empenho», completou.

## PLANTEL ÉPOCA 2021/22

## GUARDA-REDES

Pedro Freitas (Berço)  
Cajó (P. Salgadas)  
e Paulo Pimentel (ex-júnior do Lank)

## DEFESAS

Armando, Gaby,  
Lucas, Nandinho (Salgueiros),  
Zé Pedro (Gondomar),  
Laércio (Salgueiros),  
Miguel Pereira (Salgueiros)  
e Manuel Pedro (S. Martinho)

## MÉDIOS

Hugo Alves,  
Ola (Merelinense),  
André Tavares (U. Santarém),  
Ruizinho (Águeda)  
e Manuel Baptista (Marinhense)

## AVANÇADOS

Edmilson, Zé Pedro (Berço), André  
Soares (Vizela), Gonçalo Teixeira (E.  
Lagos) e Bruno Silva (Louletano)

## Plantel com 15 caras novas

## Pedro Freitas, Zé Pedro e André Soares de regresso

O plantel do Lank FC Vilaverdense tem muitas novidades. A SAD do clube promoveu uma autêntica revolução em relação à época passada e até ao fecho da nossa edição tinha assegurado a contratação de 15 jogadores, com destaque para os regressos do

guarda-redes Pedro Freitas e dos avançados Zé Pedro e André Soares. No meio campo sobressai também a contratação do experiente médio ofensivo Ruizinho e do jovem André Tavares, que podem fazer uma boa dupla neste sector.

Quanto a renovações, até ao momento, está acertada a continuidade de cinco atletas: Gaby, Armando, Lucas, Hugo Alves e Edmilson. O guarda-redes Paulo Pimentel foi promovido da equipa de juniores do Lank ao plantel principal.








Cima (esquerda para a direita): André Soares e Miguel Pereira | Baixo: Bruno Silva, Zé Pedro e Ruizinho



## LANK FC VILAVERDENSE - PEDRO FREITAS



-  **Nome:** Pedro Miguel Sousa Freitas
-  **Idade:** 34 anos | **Peso:** 82kg | **Altura:** 186cm
-  **Naturalidade:** Guimarães
-  **Posição:** guarda-redes
-  **Clube:** Lank FC Vilaverdense

### «O clube está mais organizado, com mais recursos humanos e de trabalho»

#### Esta é a terceira passagem de Pedro Freitas pelo Vilaverdense FC

**P**edro Freitas está de regresso a Vila Verde, a uma casa onde já foi feliz. Para além de ter disputado os play-off de subida à II Liga, o guarda-redes também jogou os oitavos-de-final da Taça de Portugal com a camisola do Vilaverdense FC, em Alvalade, frente à equipa então orientada por Jorge Jesus, decorria a época de 2017/18.

«Esse foi um ano fantástico, fomos ao play-off de subida, chegámos aos oitavos-de-final da Taça de Portugal, onde eliminámos o Boavista e Vizela e cáimos apenas em Alvalade. Desportivamente foi top», recordou o experiente guardião, que reencontrou um clube mais bem reestruturado e com mais condições. «O clube está diferente, mais organizado, com mais recursos humanos e de trabalho. Penso que está muito melhor», apontou.

O guardião, que na última época defendeu a baliza do Berço SC, disse que os ac-

tuais responsáveis do Lank FC Vilaverdense apresentaram-lhe «um projecto apelativo, com uma visão muito à frente e com todas as condições para os jogadores terem sucesso», pelo que «foi fácil tomar uma decisão».

«Vai ser na mesma um campeonato competitivo, com grandes equipas, onde nada é garantido. Temos de trabalhar e correr mais do que os outros se quisermos ter sucesso. Penso que as equipas vão estar todas ao mesmo nível. Nós queremos lutar pelos primeiros lugares», confidenciou o jogador de 34 anos.

Com um treinador novo (Ricardo Silva) e um plantel praticamente criado de raiz, a equipa do Lank FC Vilaverdense vai ter de construir uma nova ideia de jogo. No entanto, Pedro Freitas acredita que no dia 29 de Agosto a equipa vai estar «minimamente preparada» dar uma resposta positiva no primeiro jogo do Campeonato de Portugal. «Todos nos conhecemos minimamente

do mundo do futebol e agora temos um mês para preparar a equipa para o primeiro jogo do campeonato. Penso que será suficiente para estarmos já num bom nível físico e também entrosados», frisou.

Pedro Freitas sublinhou ainda que pode acrescentar experiência e qualidade na baliza. «Não sou nenhum monstro, mas penso que sou um guarda-redes completo, bom entre os postes e nas saídas e também jogo bem com os pés», anotou o guarda-redes, que vai ter a concorrência de Cajó, que na época passada representou o Pedras Salgadas. «Vou trabalhar para mostrar ao treinador que mereço a titularidade, mas quem decide é ele. Isso não me preocupa. Vai ser uma luta saudável e jogue quem jogar o importante é que a equipa ao domingo ganhe», disse.

#### «Liga 3 não vai tirar visibilidade»

##### Campeonato vai continuar competitivo

Pedro Freitas considera que a Liga 3 é um bom produto para os jogadores, mas não acredita que vá tirar visibilidade ao Campeonato de Portugal, pelo menos às equipas que andem no cimo da tabela classificativa. «É normal que muitos jogadores queiram jogar na Liga 3, mas não vai haver espaço para todos. Por isso, o Campeonato de Portugal

vai continuar a ter bons jogadores e equipas, vai ser na mesma uma boa montra, principalmente para as equipas que andem nos primeiros lugares», frisou o atleta, que deixa o exemplo do Pevidém. «Foi uma equipa que em dois anos subiu dos regionais à Liga 3. Isso só demonstra que se trabalharmos bem também o podemos conseguir», completou.

#### Produto da “cantera” vitoriana

##### Terceira passagem por Vila Verde

Pedro Freitas é um produto da “cantera” do Vitória de Guimarães, clube da sua terra de origem e onde jogou em todos os escalões, tendo mesmo integrado o plantel da equipa principal com apenas 19 anos. Em 2006/07 dividiu a época entre o Maria da Fonte e o Brito. No ano seguinte assinou pelo Vilaverdense, num plantel orientado por José Lobo e que ficou no segundo lugar da Divisão de Honra, atrás do Fão. No entanto, no ano seguinte rumou de novo ao Maria da Fonte. Oliveirense, Fafe e Santa Clara foram os clubes que representou antes da segunda passagem pelo Vilaverdense, entre 2016 e 2018. Depois, o guarda-redes mudou-se para o Pedras Salgadas, na altura treinado por Ricardo Silva, e no ano seguinte continuou a trabalhar com o treinador, mas em Fafe. Na época passada, Pedro Freitas defendeu as cores do Berço SC.



## LANK FC VILAVERDENSE

## «Espreitar o grupo que vai discutir o título»

Lank Vilaverdense ambiciona ficar muitos anos entre os grandes do futebol feminino

O Lank Vilaverdense está de regresso ao maior escalão do futebol feminino português e espera manter-se lá por muitos anos. Pelo menos essa é a intenção da equipa técnica liderada por António Silva. «Os objectivos são claros: queremos ficar nesta divisão. O clube merece e não queremos andar no sobe e desce. Esse é o objectivo principal, mas somos uma equipa ambiciosa e queremos espreitar a qualificação para o play-off de campeão», revelou.

O técnico de 47 anos, que pegou na equipa no meio da época passada, considera que «foi importante manter a maior parte do grupo». «É um continuar e não temos de começar de novo, isso também ajuda na integração das novas jogadoras. A palavra que quero que norteie esta época é competitividade. Queremos chegar a todos os campos com o objectivo de pontuar. Temos os pés no chão, sabemos das nossas limitações, mas queremos ter essa atitude dentro do campo», apontou.

Quanto à formação do plantel, António Silva espera receber, pelo menos, mais cinco jogadoras. «Temos um plano de jogo na nossa cabeça, agora vamos saber se o conseguiremos colocar em prática. Se conseguirmos as jogadoras com as características que procuramos acreditamos que vamos fazer um trabalho sólido que nos permita ficar no grupo que vai disputar o título. Era importante acrescentar mais experiência ao grupo», disse.

O treinador sublinhou ainda que preferia um modelo de campeonato com



apenas uma série. «Era bom que pudessemos jogar contra todas as equipas, porque assim haverá mais visibilidade. Seria importante que as equipas mais pequenas pudessem mostrar-se mais para ter mais apoios e não termos apenas três ou quatro eternos candidatos ao título», completou.

#### Arranca em Condeixa

A equipa do Lank Vilaverdense desloca-se ao terreno do Condeixa na 1.ª jornada do campeonato da Liga BPI, zona Norte e na segunda jornada recebe o Valadares de Gaia. O campeonato arranca no dia 5 de Setembro.

### Equipa técnica com seis elementos

António Martins Silva, de 47 anos, lidera uma equipa técnica composta por seis elementos. Armando Costa e José Azevedo são os treinadores adjuntos. A parte da física está entregue a José Milheiro e o treino das guarda-redes a cargo de Carlos Terroso. Hernâni Alves é o fisioterapeuta da equipa.



(esquerda) Hernâni Alves, José Milheiro, António Silva, Armando Costa, Jorge Azevedo e Carlos Terroso

### Seis caras novas no plantel

Ainda faltam alguns reforços

A versão do plantel do Lank Vilaverdense para a época 2021/22 conta para já com seis caras novas. Os nomes mais sonantes chegaram do Benfica e o Sporting.

Jassie é uma extremo de 27 anos, que na época passada jogou no Benfica, e Beatriz Conduto uma avançada, de 20 anos, que veio do Sporting B.

Do Condeixa chegou Inês Barge, uma

defesa de 20 anos, e do Famalicão Cris Vieira, médio, de 20 anos, e ainda a guarda-redes Sofia Barroso, de 20 anos. Joana Cunha (JP), 20 anos, veio do clube italiano Apulia Trani.

Quanto a renovações vão continuar no clube Inês Costa, Pipa, Catarina Loureiro, Leticia Almeida, Inês Gama, Paulinha, Borges e Inês Macedo. Nos próximos dias vão renovar mais três atletas.



(esquerda) Conduto, Jassie, Jp, Barge, Cris e Sofia Barroso

### «Queremos ficar aqui muitos anos»

Catarina Loureiro (capitã)

Catarina Loureiro é uma das jogadoras mais experientes do plantel do Lank Vilaverdense. A capitã de equipa diz que foi importante manter a base do grupo e também a equipa técnica. «Queremos fazer uma boa época. Sabemos que vamos defrontar as melhores equipas portuguesas, mas também queremos mostrar o nosso valor. O objectivo é ficar aqui durante muitos anos», apontou a jogadora, que espera um campeonato muito competitivo. «Cada vez mais as equipas têm melhores jogadoras e melhores treinadores. O nível do campeonato está cada vez mais elevado, mas isso também serve de motivação, pois vamos jogar com as melhores equipas nacionais. Esperamos fazer coisas boas esta época», rematou Loureiro.





LANK FC VILAVERDENSE

# «Saio com a mágoa de não ter feito nenhum minuto pelos seniores»

João Brandão deixa o Vilaverdense e vai jogar no Cabreiros



Após o fim de 11 anos ao serviço do Vilaverdense FC, João Brandão deixa o clube com a mágoa de não ter feito qualquer minuto pela equipa sénior e também triste e magoado pelas pessoas que dirigem o clube não lhe terem dado uma palavra. «11 anos não são 11 dias. Fiz toda a minha formação no clube e desde o segundo ano de juvenis que sou chamado à equipa sénior. O meu sonho era ter jogado, nem que fosse um minuto, pela equipa principal. Nunca tive essa oportunidade», lamenta o guarda de apenas 19 anos (faz 20 no dia 10 de Agosto), que vai cumprir a segunda época como sénior.

«No final da época, disseram que iam ligar nos próximos 15 dias e até hoje nem uma palavra. Como ninguém falou comigo, decidi dar um novo rumo à minha carreira. Também não queria ser o eterno suplente do “Vila” e se calhar não ia ficar, mas podiam-me ter dito que não contavam comigo. Podiam ter-me dado uma palavra, o futebol é ingrato», atirou o jogador, que agora quer afirmar-se na baliza do Cabreiros.

«Os dirigentes do Cabreiros ligaram-me e fui lá ver as instalações. Gostei das condições e do projecto que me apresentaram. Penso que vai ser bom para a minha carreira. Nesta idade preciso de jogar com frequência. Não ia ser bom es-

tar mais um ano no banco ou na bancada, isso não me ia fazer nada bem. Era melhor sair», frisou.

## «Pronto para este desafio»



Brandão sublinhou ainda que se sente preparado para este novo desafio. «Durante estes anos que trabalhei com a equipa sénior evolui muito e na formação também aprendi muito com o “mister” Guerra. Treinei com grandes guarda-redes e penso que estou preparado para dar este passo na minha carreira. Não sei se vou ser titular, mas sei que no Cabreiros tenho mais possibilidades de jogar», disse o guarda-redes, acrescentando que o campeonato da Pró-Nacional também é uma boa montra. «É um campeonato muito competitivo, com bons jogadores e treinadores e já se joga um bom futebol. Vais ser uma boa experiência», rematou o novo guarda do Cabreiros.

## GD PRADO

# GD Prado renovou com a maioria do plantel

### PLANTEL ÉPOCA 2021/22

#### GUARDA-REDES

Nuno, Artur e Pedro (ex-Merelinense)

#### DEFESAS

Edu, Jota, Lucas, Kiko e Lamela

#### MÉDIOS

Ventura, Gonçalo, Álvaro, Bruno Gomes e Rafa

#### AVANÇADOS

Pedro Pereira, Bié, Cláudio, Rafael Vilas Boas e Bruno Silva

#### EQUIPA TÉCNICA

#### TREINADOR

Lelo

#### ADJUNTO

Ângelo Araújo

#### TREINADOR GUARDA-REDES

Ricardo Pereira

#### OBSERVADOR

Miguel Loureiro

## Pré-época arranca no dia 10 de Agosto

O GD Prado assegurou a continuidade da maioria dos jogadores da época passada. Ao todo foram, foram 17 os atletas que decidiram manter-se no emblema alvinegro. Na baliza continuam Nuno e Artur. No sector defensivo, renovaram os centrais Edu e Jota e os laterais Lucas, Kiko e Lamela. Os médios Ventura, Gonçalo, Álvaro, Bruno Gomes e Rafa também vão fazer parte da equipa pradense. Na

frente de ataque, a equipa comandada por Lelo conseguiu manter na equipa Bié, Pedro Pereira, Bruno Silva e Rafael Vila Boas.

Quanto a reforços, até ao fecho da nossa edição, apenas estava garantida a contratação do guarda-redes Pedro (ex-Merelinense). No entanto, a Direcção do clube deverá apresentar mais caras novas nos próximos dias.



Bié



Pedro Pereira



Ventura

## Pré-época no Faial

Entretanto, as obras para a colocação no novo relvado sintético no Campo de Jogos do Faial estão a decorrer a um bom ritmo e é muito provável que a equipa inicie a pré-época, agendada para o dia 10 de Agosto, no seu terreno. Se as obras não terminarem a tempo, a Direcção do GD Prado tem outras alternativas e o campo de jogos de Turiz pode ser uma delas.



## FC AMARES

# FC Amares vai a eleições no dia 20 de Agosto

## Sócios aprovam contas com o parecer negativo do Conselho Fiscal

Os associados do FC Amares aprovaram o relatório e contas referente ao exercício económico de 2020 e marcaram as eleições dos novos corpos sociais para o dia 20 de Agosto. As contas, no entanto, não tiveram parecer favorável do Conselho Fiscal, devido à falta de documentos. Mas vamos por partes.

A Assembleia-Geral (AG), que contou com a presença mais de três dezenas de sócios, realizada no dia 26 de Julho, iniciou-se com o Presidente da Mesa (MAG) a comunicar o pedido de demissão do dirigente Bruno Almeida «por impossibilidade pessoal e profissional». Edgar Gonçalves lamentou ainda que a Direcção não tivesse divulgado a convocatória da AG nos meios informativos do clube, admitindo também que a MAG falhou ao não divulgar a mesma em alguns locais públicos.

Depois, seguiu-se a apresentação e análise do relatório e contas pelo Tesoureiro, Cristóvão Gomes, que se limitou a dizer o seguinte: «As contas são muito resumidas. Aquilo que levantou dúvidas na última AG foi esclarecido com facturas entregues ao nosso contabilista. Como devem entender, essas facturas que solicitámos às empresas são do ano de 2021, já que o ano civil de 2020 já encerrou. Elas estão aqui e foram enviadas ao contabilista, que fez chegar a resposta junto da Mesa. De realçar também a declaração em que o FC Amares não tem dívidas nas Finanças nem na Segurança Social».

### José Paredes esclarece

De seguida, o Presidente do Conselho Fiscal (CF), José Paredes, referiu que não recebeu qualquer documento relativo às contas do clube. «Não duvido que as facturas existam, mas não me foram fornecidas para que eu possa avaliar as contas do clube. Por isso, não estão reunidas as condições para dar um aval positivo às mesmas. Mantenho a mesma palavra da anterior AG porque não tenho dados suficientes. Por isso, o meu parecer às contas é negativo», explicou. Entretanto, pelo meio da intervenção do Presidente do CF, Cristóvão Gomes entregou na Mesa as facturas em falta.

### Edgar passa “batata quente” aos sócios

Perante este impasse, o Presidente da MAG, Edgar Gonçalves, deixou a “batata quente” nas mãos dos associados. «Temos uma situação muito melindrosa, mas estamos aqui para pensar no passado, no presente e também no futuro do clube. Por isso, desafio a AG a tomar decisões. Como devem entender, com o parecer negativo do Conselho Fiscal, não podemos votar estas contas, mas caso os sócios apresentem outras soluções, dentro das regras e da lei, estaremos disponíveis para ouvir essas propostas», anotou.

### «Foi forçado a dizer que não»

Seguiu-se, depois, a intervenção de Domingos Silva (Mingota) referindo que o Presidente do Conselho Fiscal estava a ser «mandado por alguém» e a ser forçado a «dizer que não». «Pergunto-lhe: Quais são as dúvidas? Qual é o problema? Não vi esta preocupação quando a anterior Direcção nos deixou uma dívida de 40 mil euros, sem facturas. Isto ainda só não afundou porque existem três ou quatro pessoas que não deixam, por vocês já tinha ido ao fundo», atirou.

### «Exijo respeito»

José Paredes respondeu dizendo que não era um «pau mandado de ninguém» e quando redigiu o comunicado, às 20h15, não tinha recebido qualquer documento. «Não me foi enviada nenhuma factura, nenhum documento, nada. Eu exijo respeito. Não venho para aqui fazer papel de palhaço. Se for assim saio por aquela porta e vou-me embora», atirou.

Domingos Silva usou de novo da palavra para dizer que não teve intenção de «ofender o amigo» José Paredes e disse também ter «sido enganado», pois pensava que os documentos tinham sido entregues ao Conselho Fiscal.

### Reprimenda de Olivier

Olivier Silva subiu depois ao palco para dar uma reprimenda ao Tesoureiro. «Em três anos, é a primeira vez que concordo convosco. Pagámos a um contabilista que assinou os papéis, tivemos de fazer



Assembleia realizou-se no Auditório Conde Ferreira, em Amares

as facturas que também pagámos e arranjas este 31», atirou o Presidente do clube.

Seguiu-se depois a intervenção de José Manuel Faria. O sócio do FC Amares fez questão de sublinhar que as pessoas podem estar em «discordância, mas com respeito» e que o que estava em causa não eram «questões pessoais», mas a sim a defesa dos «estatutos do clube».

O antigo Presidente lembrou ainda que o que se passou na última AG «mancha» a história do FC Amares. «O que assisti foi a coisa mais vergonhosa que vi no clube. É de um país do terceiro mundo. As pessoas passaram toda a Assembleia a discutir e depois abandonaram a sala e não quiseram ouvir ninguém. Depois, ainda insultaram as pessoas que decidiram ficar na sala até ao fim», lamentou.

## Proposta de Olivier levou a melhor

Depois do momento de intervenções dos associados, Olivier Silva pediu à Mesa que encontrasse uma solução para que esta situação não se arrastasse mais no tempo e que passaria pela votação das contas, mesmo com o parecer negativo do Conselho Fiscal.

O Presidente da MAG usou da palavra para dizer que mais uma vez a Direcção do clube «mostrou uma grande falta de organização» na apresentação das contas e pediu aos associados que apresentassem soluções.

Então, foram sugeridas três propostas: Olivier Silva propôs que as contas fossem a votação, José Manuel Faria sugeriu que a AG fosse suspensa por uns dias e Pedro Pereira queria a realização de uma Assembleia-extraordinária. A proposta apresentada por Olivier Silva acabou por vencer e as contas foram mesmo a votação, acabando por ser aprovadas com 21 votos favoráveis, quatro contra e cinco abstenções, sendo que uma delas a do Tesoureiro do clube.



## FC Amares com seis caras novas no plantel

Os guarda-redes Paulinho, ex-Lank Vilaverdense e Luís Costa, ex-júnior do D. Aves, os médios Gostinho, ex-Dumiense e André, ex-SP Arcos e os avançados, Rui Gomes, ex-Lank Vilaverdense e Andrey, ex-Porto d'Ave são, até ao momento, as caras novas do plantel amarense para a época de 2021/22.

Quanto a renovações, o clube orientado por Hugo Ramos assegurou a continuidade dos defesas Rogério, Petit, Pinto, Élio, Rafa e Leandro, dos médios Ivan e Zé Miguel e dos avançados Joshua, Lillian e Tozé.





GD CALDELAS - GUSTAVO

# «Já me sinto um verdadeiro caldelense»

Gustavo vai cumprir a 16.ª época ao serviço do GD Caldelas



Podem contar-se pelos dedos de uma mão os jogadores com tantos anos num clube como Gustavo no Caldelas. O lateral vai cumprir a 13.ª época nos seniores e ainda lhe junta mais três anos de formação. Ao todo já lá vão 16 anos, ou seja, Gustavo passou metade da sua vida ligado ao clube da Vila das Termas de Caldelas.

«Adoro o clube, as pessoas que o lideram, o ambiente no balneário e os adeptos. Posso dizer que já me sinto um verdadeiro caldelense», confidenciou o jogador, que ainda espera jogar mais alguns anos. «Tenho 32 anos, sinto-me bem fisicamente e ainda quero jogar mais duas ou três

épocas, pelo menos. Mas isso também vai depender da minha profissional e familiar», frisou, antes de centrar a conversa na nova época que está prestes a arrancar.

«Queremos sempre fazer melhor do que na época passada, mas no futebol existem muitas variáveis e também ainda não sabemos como vai evoluir a pandemia. Sabemos que não vai ser fácil repetir o 5.º lugar do ano passado, porque as equipas vão estar mais preparadas e o campeonato deve ser mais regular, a duas voltas. Mas o nosso foco será sempre manter o clube na Honra», apontou.

Gustavo sublinhou ainda que, ano após ano, o Caldelas tem cimentado a sua po-

sição no futebol distrital, embora deixe a ressalva que ainda não cresceu o suficiente para «dar mais um passo em frente». «Pouco a pouco, temos tentado aproximar-nos dos primeiros lugares na Honra. No entanto, na minha opinião, esta ainda não é a altura certa para uma aposta na subida. O campeonato da Pró-Nacional implica uma estrutura mais organizada, uma capacidade financeira maior e que o Caldelas, nesta altura, ainda não consegue ter», anotou.

### «Importante manter a base»

O jogador referiu ainda que foi muito importante a Direcção do Caldelas, agora liderada por Domingos Lima, ter mantido a maioria dos jogadores. «A base desta equipa já se mantém há quase quatro anos e com bons resultados. Por isso é sempre bom que a espinha dorsal se mantenha, pois assim é muito mais fácil para a integração dos novos jogadores e até do treinador», disse o capitão da equipa do Caldelas, que se mostrou igualmente confiante na construção de um plantel competitivo.

«Sei que não é um trabalho fácil, pois ao que parece o clube baixou um pouco o orçamento e convencer jogadores a virem para aqui praticamente pelas despesas não é fácil. Mas pouco a pouco sei que vão conseguir formar uma equipa competitiva para este campeonato», afirmou.

### «Ninguém aguenta outro ano igual»

Gustavo referiu ainda que nos últimos dois anos o campeonato perdeu «alguma qualidade» devido ao facto de não existirem descidas de divisão. No entanto, sublinha que espera uma prova «muito equilibrada» com as equipas a discutir «os pontos em todos os campos». O jogador só espera que o contexto seja diferente. «Esta época faltou o público, aquele grito vindo da bancada que nos animava sempre. Espero que não haja paragens. Isso foi o pior. Ninguém aguenta este pára-arranca novamente. Não se ganham rotinas nem ritmo de jogo. Sentimos também muito a falta do convívio do balneário, que é fundamental para o sucesso de qualquer equipa. Este ano isso não existiu», lamentou.

## Nove reforços e 10 renovações

### Plantel quase fechado



João Paulo é reforço para o meio campo



Rui Soares chegou do Sobreposta



Edmilson veio do Guilhofrei

O Caldelas já assegurou a contratação de nove jogadores para a época de 2021/22 e renovou com 10 atletas. Ao todo o plantel que este ano vai ser orientado por André Duscher conta com 19 jogadores, mas deve receber mais algumas caras novas nos próximos dias.

### PLANTEL ÉPOCA 2021/22

#### GUARDA-REDES

Rui Pereira (ex-Porto d'Ave)  
Eduardo (ex-Pedralva)

#### DEFESAS

Gustavo  
Bruno Dias  
Rui Dias  
Mouzinho, Jota (ex-S. Mamede)  
Ricardo Soares (ex-Sobreposta)

#### MÉDIOS

Caniggia  
Edmilson (ex-Guilhofrei)  
João Paulo (ex-Prado)  
Rui César (ex-Sobreposta)  
Miguel (ex-Merelim São Paio)

#### AVANÇADOS

Padilha  
Falcão  
Fugaça  
Tekla  
Pedro Reis e Simão (regresso)

## «Não estava à espera da sua saída»






Gustavo elogiou trabalho de Vitinho

Gustavo disse que ficou um pouco surpreendido com a saída de Vitinho do comando técnico do GD Caldelas, até porque sabia da existência de uma proposta para a sua renovação. «Não estava à espera da sua saída. Fiquei um pouco surpreso, mas é o futebol. Fez um excelente trabalho, com uma subida e duas boas classificações na Honra. Consegui ter sempre o balneário unido. Tive pena mas agora é olhar para a frente e ajudar o novo treinador a fazer um bom trabalho», frisou o capitão de equipa. «Nestes dois anos nunca senti dificuldades no balneário. Os colegas são compreensivos, embora às vezes seja preciso falar com um ou outro à parte. Mas também não sou um capitão de andar aos berros. Gosto de conviver e dou-me bem com todos eles», disse.





## DEPOIS DO ADEUS - MARA

-  **Nome:** Carlos Manuel Machado Abreu (Mara)
-  **Nascimento:** 1976-04-26 (45 anos)
-  **Naturalidade:** Panoias, Braga
-  **Posição:** central
-  **Clubes:** Águias Graça, Panoicense, Dumense, Cabeceirense, Turiz, FC Amares, Famalicão, Merelinense e Taipas



Nascido numa família com sete irmãos, Carlos Manuel Machado Abreu desde muito cedo se viu obrigado a ajudar o pai a sustentar a casa. Aos 14 anos, começou a trabalhar, o que não lhe permitiu ter a vida normal de um jovem daquela idade. Por isso, apenas começou a jogar já com quase 18 anos feitos. Mas isso não o impediu de se tornar num dos centrais de referência da sua geração, tanto na III Divisão Nacional, como nos campeonatos regionais da AF Braga. Ao longo dos 26 anos de futebol, Mara, como é conhecido no mundo da bola, conquistou três títulos de campeão, quatro Taças da AF Braga e tem ainda no currículo sete subidas de divisão. Um percurso invejável de um jogador que deixou saudades e uma marca indelével no futebol regional.

#### Ainda se lembra como iniciou a sua carreira de futebolista?

Comecei a jogar muito tarde. Tinha 17 anos, a caminho dos 18. Aos domingos de manhã costumávamos fazer aqueles jogos de bairros e um dia um director do Águias da Graça convidou-me. No primeiro ano de juniores já treinava muitas vezes com os seniores. Acabei por ficar lá durante três anos. Mas no último as coisas não correram bem.

#### Porquê?

Prometeram-me uma coisa e no final da época já era outra. Acabei por sair para jogar no clube da minha terra, o Panoicense. O campo ficava, e ainda fica, a poucos metros a minha casa.

#### Mas só ficou lá uma época.

Sim, porque depois surgiu o convite do Dumense. Passei lá dois anos muito bons, com alguns jogadores já em fim de carreira, mas ainda com muita qualidade. Também me ajudaram a crescer.

#### Seis anos no Cabeceirense

#### Depois seguiu-se o Cabeceirense. Como surgiu esse convite?

Foi através de um primo meu. Um treinador, que nessa altura estava no Vieira, perguntou-lhe se eu não queria ir jogar para lá. Conversei com o Presidente deles e acabei por assinar.

#### E ficou seis épocas.

É verdade. Foram seis anos muito bons, mas cansativos. Levantava-me todos os dias às sete da manhã e só chegava a casa por volta das onze da noite. Na altura não havia auto-estradas e tínhamos de fazer uma hora de viagem para lá e outra para cá. Nos dois primeiros anos íamos nos nossos carros, mas depois começaram a ir mais jogadores de Braga e Guimarães e eles disponibilizaram uma carinha. Mas não sei como aguen-

tei tantos anos.

#### Foi aí que conquistou o primeiro título?

Isso também me marcou muito. Fomos campeões como o Nuno Vinagreiro. Há 18 anos que o Cabeceirense não estava nos Nacionais. Foi uma festa indescritível. Depois descemos de novo aos regionais e subimos com o Toninho Mendes, em segundo, atrás do Maria da Fonte. Lembro-me que o Vieira e o Maria da Fonte estavam interessados em contratar-me, mas o Presidente do Cabeceirense, José Leite, que trabalhava em Braga, nunca deixou. Chegava ao pé de mim e fechava logo contrato.

#### Tanto sacrifício tinha de compensar financeiramente.

Não ganhei fortunas, mas ainda deu para juntar um dinheirinho.

#### Depois do Cabeceirense foi para onde?

Nesse ano estava com intenção de parar um ano para descansar, mas surgiu o convite do Turiz e, como era perto de casa, decidi aceitar. Nessa mesma época, o José Manuel Faria, grande Presidente, queria que eu fosse para o FC Amares em Dezembro, mas os responsáveis do Turiz não deixaram. Acabei por sair só no final da época.

#### Para ganhar o segundo título?

Nessa época (2004/05) ganhámos tudo o que havia para ganhar. Fomos campeões de série e da Divisão de Honra e vencemos a Taça da AF Braga. Foi uma época de ouro que começou com o Toninho Mendes, que depois foi substituído pelo Carlos Alberto.

#### Daí saiu para o Famalicão?

Joguei lá um ano, mas individualmente não correu bem. Subimos de divisão, no segundo lugar, atrás do Santa Maria do Hugo Vieira, que nessa época marcou mais de 40 golos. O Famalicão queria contratá-lo em Dezembro, mas ele não saiu. Na época seguinte fui para o Taipas, onde ganhei mais uma taça.

#### Deve ser o jogador com mais Taças, não?

Ganhei quatro. Duas no FC Amares, uma no Taipas e outra no Merelinense. Penso que não deve haver jogador com tantas Taças (risos).

#### E campeonatos?

Fui três vezes campeão e subi sete vezes de divisão.

#### Com tantas conquistas nunca surgiram convites de divisões superiores?

Sinceramente não. Mas também se existisse dificilmente iria aceitar pois não ia trocar o seguro (emprego) pelo incerto. Só se fosse um projecto muito bom.

# UM VERDADEIRO QUE IMPUNHA RES



► ► Mara foi três vezes campeão, ganhou quatro Taças e subiu sete vezes

## «Era sinónimo de títulos e subidas»

### Dupla Mara/Saviola

#### Sempre jogou a central?

Sim, sempre foi a minha posição, embora em muitos jogos quando era preciso fazia de ponta de lança.

#### Era um central goleador?

Marquei muitos golos ao longo da minha carreira. Era muito forte no jogo aéreo. Então no FC Amares com o Telmo a servir-me...



Mara com Saviola e Petit



# O PAPA TÍTULOS SPEITO NA DEFESA



es de divisão

**E qual aquele que ainda consegue ir buscar ao baú das recordações?**

O que marquei na final da Taça ao Serzedelo. Estávamos [FC Amares] a perder 1-0 e mandei a bola à barra e na recarga empatei. Quase logo a seguir o Bié deu a reviravolta no marcador. Foi o título que mais gozo me deu ganhar, talvez por ser eu a marcar um golo.

**Era um defesa agressivo?**

No bom sentido, sim. Agora nunca foi um central de dar muita porrada sem bola. Nunca agredi ninguém. Aliás, tenho poucas expulsões ao longo da minha carreira.

**«Fazia fásca com o Hélder»**

**E qual foi o avançado mais difícil de marcar?**

Joguei contra muitos bons avançados. Não sei se foi o mais difícil de marcar ou não, mas quando encontrava o Hélder, que jogava no

Vieira, dava sempre fásca. Ele picava-me e eu não me ficava.

**E o colega que o marcou mais?**

Deixei amigos em todos os clubes, mas com o Saviola ganhei uma grande amizade. Jogamos cerca de nove temporadas juntos. A dupla Mara/Saviola era sinónimo de sucesso. Ou ganhávamos a Taça ou subíamos de divisão. Foram muitos anos de viagens e uma amizade que vai ficar para a vida.

**E o treinador?**

Tive muitos e bons ao longo da carreira, mas aquele que mais me impressionou foi o Ricardo Silva, que agora está no Vilaverdense. Na altura, no Taipas, ele era mais novo do que eu, mas já me impressionou com os métodos de trabalho muito inovadores e também com a sua ideia de jogo. Tenho a certeza que vai chegar longe. Ele merece, é boa pessoa.

## «Gostava de ter terminado no Panoense»

Mara pendurou as chuteiras aos 42 anos

**Acabou a carreira há três épocas, com 42 anos. Já sente falta do futebol?**

A minha última época foi no Dumiense (2017/18) e não acabou da forma como eu gostava. Para além da lesão que tive nos gémeos, nesse ano faleceu o pai da minha mulher e deixei o clube a meio da época. Foi quando também saiu o “mister” Miguel Veiga. Eles até pensaram que saí por causa dele, mas não. Não podia continuar a jogar com a minha mulher em sofrimento. No primeiro ano não senti muita falta porque a minha filha tinha acabado de nascer. Agora, reconheço que começo a ter saudades. Por isso, é que

estou a jogar ao domingo de manhã com os amigos.

**Não foi então a despedida que desejava?**

Não. O meu sonho era terminar a carreira no Panoense, clube da minha terra. Sentia que ainda podia jogar mais uns anos, mas eles não tinham seniores e então decidi parar de vez.

**Nunca pensou ficar ligado ao futebol?**

Existiu essa possibilidade, mas foram 26 anos de sacrifícios e agora é tempo de me dedicar mais à família, que foi a mais prejudicada.



Mara festeja golo da vitória no jogo da Taça com o Serzedelo

## O pneu furado e a boleia dos adeptos

«Um dia vamos para um jogo e o autocarro furou o pneu na auto-estrada. A nossa sorte é que esse treinador tinha por hábito sair cedo para os jogos. Então como vinham alguns adeptos a acompanhar a equipa, os 11 jogadores que iam jogar de início foram no carro deles. Chegámos um pouco atrasados, mas ainda a tempo de fazer o aquecimento e jogar»

### O MARADONA QUE VIROU MARA

**Como surgiu o nome Mara?**

Olhe, isso é do tempo em que eu era miúdo. Na altura, o meu primo Manelito via-me a jogar e dizia que eu era parecido com o Maradona. O nome ficou e depois virou diminutivo. Passei a ser conhecido por Mara.



Mara com mais um troféu desta vez ao serviço do Dumiense



**GDR RIBEIRA NEIVA****«A ambição é regressar à Honra»**▶ ▶ **Artur, capitão do Ribeira do Neiva, confiante numa boa época**

O GDR Ribeira Neiva está de regresso à competição depois de um ano de interregno devido à Covid-19. A equipa acabou por descer na secretaria à I Divisão Distrital da AF Braga e parte para a nova época com a ambição de regressar de novo à Honra.

A colectividade ribeirense manteve a mesma estrutura directiva, apenas mudou de Presidente (Diogo Pereira sucedeu a Hélder Oliveira), seguiu Zequinha no comando técnico da equipa e renovou com a maioria dos jogadores que estavam na equipa há dois anos.

O capitão de equipa foi um dos atletas que se mantiveram fiéis ao projecto. Artur Correia diz que a ambição do grupo é colocar o Ribeira do Neiva na Honra.

«Essa é a nossa vontade, mas sabemos que não vai ser fácil, pois as equipas estão a reforçar-se muito bem», frisou o médio, que já está com saudades do cheiro do balneário e da bola.

«Estávamos habituados a esta rotina do futebol e um ano sem isso é complicado. Os jogadores estiveram ao lado da Direcção em não participar no campeonato, foi uma decisão consensual e a mais correcta, pelo que se viu durante esta época, mas agora já estamos todos com “fome” de bola», apontou.

Quanto ao plantel, o jogador considera que foi muito importante manter Zequinha no comando da equipa e também a maioria dos jogadores. «O “mister” Zequinha é um treinador com muita experiência e conhece o futebol regional como poucos. Depois, também vão continuar muitos jogadores e alguns que saíram estão de regresso, isso é sinal que se sentem bem aqui e gostam do clube», disse.

Artur Correia elogiou ainda o trabalho feito pelo ex-Presidente, Hélder Oliveira, e acredita que o clube vai manter o mesmo rumo com o novo líder.

«Apenas mudou o Presidente pois a es-

trutura mantém-se toda igual. O Diogo [novo Presidente] era o “Vice” na anterior Direcção, trabalhava de perto com o Hélder Oliveira. Por isso, está por dentro de tudo. Tenho a certeza que vai continuar a fazer

um bom trabalho. Este clube merece estar na Honra e quem sabe até uma divisão acima», completou o jogador, que vai vestir a camisola do Ribeira do Neiva pela quarta época consecutiva.

**Uma dezena de contratações****Plantel do Ribeira começa a ganhar forma**

O GDR Ribeira do Neiva tem a base da equipa montada para a época de 2021/22. Para a baliza entraram dois novos guarda-redes. Lima chega do Caldelas e Peludo do Merelim

S. Paio. No sector mais recuado, a equipa reforçou-se com quatro jogadores experientes e renovou com Titi. Para o meio campo, entrou Abílio (ex-Caldelas) e vão continuar na

equipa Carvalho, Andrezinho, Artur e Hugo. Na frente de ataque Rafa e Rafa Magalhães estão de regresso ao clube, juntando-se ao brasileiro Marcus e a César.



Cima (esquerda para a direita): Abílio, André Fernandes e Chuteiras | Baixo: Lima e Vítor.

**PLANTEL ÉPOCA 2021/22****GUARDA-REDES**

Lima (ex-Caldelas)  
e Peludo (ex-SP Merelim)

**DEFESAS**

André Fernandes (ex-Esporões),  
Chuteiras (ex-Esporões), João Pereira  
(ex-Caldelas), Vítor (ex-Pousa) e Titi

**MÉDIOS**

Abílio (ex-Caldelas), Artur, Carvalho,  
Andrezinho e Hugo

**AVANÇADOS**

César, Rafa (ex-Caldelas),  
Rafa Magalhães (ex-Pico Regalados)  
e Marcus Vinicius

**EQUIPA TÉCNICA****TREINADOR**

Zequinha

**ADJUNTO**

Cláudio Gonçalves

**TREINADOR GUARDA-REDES**

Jorge Oliveira



**RENDUFE FC**

# Rendufe FC não assume candidatura à subida de divisão

## Capitão diz que contexto mudou

**A**ndré Macedo, conhecido por Juca, é um dos jogadores mais experientes do plantel do Rendufe FC. O médio vai cumprir a segunda época no clube e diz que o objectivo passa por andar nos lugares cimeiros do campeonato da I Divisão Distrital, mas descarta qualquer favoritismo à subida de divisão.

«Se não tivermos ambição nesta divisão mais vale ficar em casa. Agora sabemos que o contexto mudou devido ao facto de algumas equipas terem descido na secretaria e o Rendufe não pode competir com esses clubes a nível financeiro. Por isso, não podemos assumir qualquer tipo de candidatura à subida», frisou o jogador, que espera um campeonato competitivo.

«Há muitos jogadores que devido à sua vida profissional preferem jogar numa divisão abaixo e este ano estamos a verificar que nesta divisão estão jogadores com qualidade de Pró-Nacional. Por isso prevejo um campeonato engraçadinho», disse.

Juca virou depois o discurso para o balneário e diz que o mais importante é formar um bom grupo para que ao fim-de-semana se vejam os frutos dentro de campo. «Com união e entreaajuda de todos é sempre mais fácil», atirou. O médio sublinhou ainda que foi importante o clube ter mantido Renato Silva no comando da equipa. «É uma vantagem porque a maior dos jogadores conhece a sua ideia, sabemos o que pretende de nós e também conhece bem os novos jogadores», completou.



## Uma dezena de entradas

### Plantel do Rendufe FC está fechado

O Rendufe FC está de regresso à competição com muitas novidades no plantel. Entre regressos e caras novas, a Direcção do clube contratou 10 jogadores, que se juntaram ao grupo que estava constituído para competir na temporada de 2020/21 e que acabou por não participar no campeonato da I Divisão devido à situação pandémica. O guarda-redes Nabiça, o defesa Raúl e os médios Nuno Dias e Nairo estão de regresso à equipa, que viu entrar no grupo nomes como André Serra, Simão, Alex, Xitas e Kevin. O plantel dos rendufenses para a época 2021/22 está fechada.



Afonso



Alex



André Serra



Kevin



Simão

## Vitinho continua a orientar o GD Gerês

### Direcção de Luís Vieira fica mais uma época



Estabilidade e continuidade são as palavras de ordem no GD Gerês. A estrutura directiva liderada por Luís Vieira vai manter-se em funções durante mais uma época e já acertou a renovação com Vitinho para que o treinador continue a orientar a equipa.

«Por força da pandemia, os últimos dois campeonatos foram muito condicionados, muito esquisitos e não foram jogados de forma integral. Esperemos que a nova época já decorra com maior normalidade, é esse o nosso desejo», apontou o dirigente.

Além do treinador, também a esmagadora maioria dos jogadores que compõem o plantel vai manter-se na próxima temporada. «A intenção é dar continuidade ao trabalho que temos desenvolvido, ao projecto que implementámos, que passa por ter os jovens da terra a praticar desporto e a representar o nosso clube», frisou Luís Vieira.

O GD Gerês vai voltar a competir na I Divisão Distrital. Na última temporada, a equipa começou sob o comando de Manuel Dobrões, que entretanto saiu e foi substituído por Vitinho, que já treinara o clube em 2018-19.

## PLANTEL ÉPOCA 2021/22

### GUARDA-REDES

Nabiça (ex-Caldelas) e Fábio Martins

### DEFESAS

Chiquinho, Abel, Kiko, Edu, Simão (ex-Aboim) e Raúl (ex-T. Bouro)

### MÉDIOS

Juca, Janu, João Pedro, Nuno Dias (ex-Caldelas), Nairo (ex-Palmeiras), Afonso (regresso ao futebol), André Serra (regresso ao futebol)

### AVANÇADOS

Carlinhos, Brandão, Té, Alex (ex-Gilho-frei), Xitas (ex-Lanhas) e Kevin (regresso ao futebol)

### EQUIPA TÉCNICA

#### TREINADOR / T. DE GUARDA-REDES

Renato Silva / Kiko Nicollas

#### ADJUNTO

Nuno Abreu

#### DIRECTOR DESPORTIVO / DIRECTOR GERAL

Chelas / Joel Ribeiro

#### PRESIDENTE

José Silva



## TRAIL - AVELINO MACEDO

**E**m 2016, Avelino Macedo pesava 93kg e tinha uma hérnia na coluna que muitas vezes o deixava quase paralisado. Decidiu então dar corda às sapatilhas e fazer-se à estrada. Hoje em dia, pesa 70 kg e a hérnia desapareceu ou, pelo menos, já não lhe causa qualquer tipo de incómodo ou dor.

«Nem o Covid-19 me pegou. Fiquei infectado mas sem qualquer tipo de sintoma, treinei sempre em casa. Posso dizer que o desporto e o trail mudaram muito a minha vida», contou.

De quilómetro a quilómetro, de desafio em desafio, de superação em superação, vai Avelino Macedo construindo a sua carreira no mundo do trail.

No início era um desconhecido, mais um atleta entre centenas que costumam participar nestas provas. Agora já não é bem assim. Os melhores atletas já começam a olhar para o seu dorsal com muito mais respeito. «Ainda na prova do Alvarinho, em Montalegre, fiquei à frente de alguns consagrados que no fim me vieram dar os parabéns. Isso também me dá um certo gozo», confidenciou.



## O MEU QUINTAL É O MONTE S. PEDRO FINS

“

Os primeiros passos do atleta do Vila Verde a Correr foram dadas sensivelmente há três anos nas S. Silvestre, corridas de 10k. Seguiram-se os trail, nas distâncias mais curtas (15km). Depois aventurou-se nos mais longos (25 ou 30km). «Foi um bichinho que entrou e ficou. Quero continuar», atirou. E entrou de tal maneira que agora já não se contenta com estas distâncias e a sua última aventura foi no TransPeneda-Gerês, organizado por Carlos Sá. Foram 58 quilómetros de pura superação, resistência física e psicológica, que acabaram por lhe dar o terceiro lugar do pódio.

«São provas muito duras. Tens de estar bem preparado física e psicologicamente. Chegamos a uma altura da corrida



# MENOS 20KG NA BALANÇA E UMA NOVA FORMA DE VIDA

▶▶ Avelino Macedo tem-se destacado nas provas de trail

em que as pernas já não mandam. Aí tem de ser a cabeça a controlar a corrida», apontou o atleta, que esteve para desistir à passagem do quilómetro 36. «Felizmente, consegui superar essa fase e o corpo voltou a reagir porque muitas vezes vamos encontrar forças onde elas

não existem. É muito importante ter uma boa preparação física, mas a mental também é fundamental nestas provas longas. Acabei no terceiro lugar quando para mim ficar no top 10 já era muito bom», disse.

### Sacrifícios

Desenganem-se aqueles que pensam que para chegar a este nível não são precisos muitos sacrifícios. «Sem trabalho não se consegue nada. Muitas vezes chateia-me ir treinar sozinho, mas lá calço as sapatilhas e vou até ao Monte de S. Pedro Fins. Esse é o meu quintal, o meu lugar predilecto para me preparar para as provas. Apliquei-me mais e os resultados estão a aparecer», contou Avelino, que perdeu perto de três quilos ao longo dos 58km.

«Para este tipo de provas temos de treinar muito bem e, duas semanas antes, ter muito cuidado com a alimentação. Comer mais hidratos e beber muita água, porque vamos desidratar muito ao longo da corrida», explicou o atleta,

que aos 42 anos sente-se com pulmão para outros desafios. «Por uns tempos vou manter-me nesta distância (58km), quem sabe depois não tento os 100km», apontou.

### Outros voos

Avelino diz que se sente bem na equipa do Vila Verde a Correr mas não nega que gostava de voar mais alto. «Tenho tido alguns contactos de outras equipas, mas sou um homem que gosta de honrar a palavra. Enquanto estiver na Direcção do Vila Verde a Correr não vou sair. Também me sinto bem aqui, é como uma família. No entanto, gostava de integrar uma equipa mais competitiva que me possibilitasse outro tipo de treino, com atletas que me fizessem evoluir ainda mais. Mas vamos ver como vai crescer a Associação. Este ano e meio estivemos quase parados devido à pandemia, mas temos umas ideias para colocar em prática, vamos ver como corre», frisou o atleta, que tem subido ao pódio em quase todas as provas.

## Apoios

«Para um atleta amador de competição os apoios são escassos e ainda gastamos algum dinheiro nos suplementos e na re-

cuperação pós-provas. Tenho de agradecer à Junta de Freguesia de Fiscal e à Fisiminho que são quem me tem dado apoio.»





**BTT XCO - CLÁUDIO VELOSO**

# O Campeão do Minho de BTT XCO ainda mora em Amares

Cláudio Veloso começou a praticar ciclismo há seis anos

**C**láudio Veloso ainda é o detentor do título de Campeão do Minho em BTT XCO (Cross Country Olímpico). Um troféu conquistado no ano de 2019, mas que o atleta diz ser muito difícil de repetir em 2021 – no ano passado não existiu competição por causa da Covid-19 – devido ao novo formato da competição.

«Renovar o título de Campeão do Minho está fora de hipótese. As provas têm coincidido com as nacionais e eles não têm feito divisão dos atletas. Além disso, o confinamento permitiu que muitos atletas treinassem com mais regularidade. Eu, ao contrário, tive uma sobrecarga de trabalho e algumas alterações na minha vida familiar que não me permitiram treinar com a frequência que desejava. Por isso, este ano quero apenas manter a forma e fazer algumas provas», confidenciou o atleta, de 38 anos, natural da Freguesia de Amares.

Mas vamos recuar alguns anos para perceber como começou esta aventura e a paixão do atleta amarense pelo ciclismo. «Olhe, eu comecei a andar de bicicleta com os amigos, até mais por causa da saúde. O meu trabalho era um pouco sedentário e então comecei a fazer passeios de bicicleta e comecei a ganhar gosto pela modalidade», contou Cláudio, que só passado uns anos é que começou a competir numa equipa.

«Um dia quis experimentar uma vertente diferente da Maratona e então numa prova fiz uma publicação no Facebook para saber quem me podia dar umas indicações sobre o XCO. Um director da equipa dos Braguinhas disse para ir à tenda deles. Deram-me assistência nessa prova e passado uns tempos convidaram-me para integrar a equipa», disse, explicando, depois como funciona a vertente XCO, onde se tornou Campeão do Minho.



«O Cross Country Olímpico é uma vertente onde existe um circuito com muitos obstáculos e com a duração de aproximadamente 1h20. É atribuído um número de voltas por classe de idades e quem terminar em primeiro ganha. No final do campeonato, quem fizer mais pontos é campeão. Até podes ser campeão sem vencer nenhuma prova, que

foi o que me aconteceu. Precisas é de conquistar o maior número de pontos. Mas é uma vertente muito violenta, com zonas muito técnicas, onde é preciso uma boa dose de coragem. É por isso que o XCO tem apenas 10 ou 12 participantes por prova», anotou.

Segundo Cláudio, «as maratonas são provas mais de resistência, que variam

nas distâncias de 50, 70 ou 90 quilómetros». «Sou um bom atleta em ultramaratona, tenho obtido bons resultados. Quando se treina bem para as maratonas consegue-se ser bom nas outras vertentes porque o cardio está cá, depois basta trabalhar mais um pouco a exploração», esclareceu.

## «Temos bons locais para treinar»

Duas horas diárias de treino

Quando está a preparar uma prova de maratona, Cláudio Veloso treina duas horas diárias, com apenas um dia de descanso semanal. O betetista diz que a região tem muitos locais para se praticar a modalidade. «A nossa região permite treinos espectaculares. Temos, por exemplo, a nossa Geira com muitas subidas e descidas. Felizmente, temos muitos locais para treinar e fazer passeios», frisou o atleta, que quando quer fazer um treino mais específico para as provas de XCO vai até à pista de Porto d'Ave. «É uma das melhores a nível nacional. O senhor José é meu amigo há muitos anos e quando quero vou lá treinar. Se formos a ver a quantidade de atletas que existe a praticar esta vertente não justifica ter uma pista no Concelho, até porque, como referi, o nosso terreno permite fazer bons treinos», completou.



## «O Dinis vai chegar longe»

Jovem amarense está no top 10



Dinis Vieira em acção numa prova

Cláudio treina com Dinis Vieira, que neste momento está no top 10 do XCO no escalão de cadetes e deixa rasgados elogios ao jovem atleta amarense. «Se continuar a trabalhar desta forma vai dar cartas. Vai ser um grande atleta, não tenho dúvidas. Ele já está no top 10 no escalão dele e pode evoluir muito mais. Espero ajudá-lo a crescer», destacou.



## CN PRADO - JOSÉ RAMALHO



# O REI DA MARATONA

## ► ► Canoísta do CN Prado é heptacampeão da Europa

José Ramalho é o rei das maratonas. O atleta do CN Prado, clube onde também desempenha a função de coordenador técnico, sagrou-se heptacampeão da Europa de K1 em maratonas. Em Moscovo, no dia 10 de Julho, o canoísta cumpriu os quase 30 quilómetros da prova em duas horas, 14 minutos e 59 segundos.

«Foi um momento inesquecível na minha carreira de atleta. Três provas, duas medalhas de ouro e uma de prata. É um momento para não esquecer. Foi o meu melhor Europeu de sempre», disse Ramalho, que não se cansa de ganhar títulos. Em competições nacionais, o atleta já arrecadou 96 medalhas, 62 de ouro. A nível internacional, destaca-se com 18 subidas ao pódio, sete vezes como Campeão da Europa e com um título de Vice-Campeão do Mundo.

«No ano passado, não houve competições internacionais e existia uma ansiedade em todos os atletas para esta prova. Foi muito tempo sem competir. Por isso, entrei um pouco ansioso, mas estava muito confiante e depois da largada o nervoso miudinho desapareceu e senti que podia recuperar o título perdido em 2019», contou o canoísta, que também subiu ao lugar mais alto do pódio na “short race”, uma prova de 4km com duas portagens e conquistou, juntamente com Ricardo Carvalho, a primeira medalha (prata) em maratona K2 para Portugal.

«Houve uma altura em que estavam na frente apenas três embarcações, uma delas a nossa. Aí ficamos tranquilos pois só dependia de nós chegar a uma medalha.

Depois, os húngaros ficaram para trás e tínhamos o caminho aberto para conquistar a primeira medalha, em K2 para Portugal», recordou. «Ganhar as duas provas individuais e ser Vice-Campeão da Europa em K2, um feito que nunca tínhamos conseguido, é extraordinário. Foi um marco importante na canoagem

portuguesa e na minha carreira», acrescentou o canoísta, de 38 anos, que não gostava de terminar a carreira sem ser Campeão do Mundo.

«É um título que me escapa, mas enquanto tiver forças vou lutar por ele. Agora, temos três meses de preparação até ao Mundial da Roménia e se chegar

nesta forma posso conseguir a medalha de ouro, que seria a cereja no topo do bolo na minha carreira», frisou Ramalho, que antes do sétimo título europeu, que lhe permite aumentar o recorde que já lhe pertencia, tinha sido campeão da Europa em 2011, 2014, 2015, 2016, 2017 e 2018, além de “Vice” em 2009 e 2013.



Ramalho conquistou três medalhas no Europeu da Rússia



## «Ninguém se descoseu»

Ramalho confidenciou ainda que não estava à espera de uma recepção tão calorosa por parte dos responsáveis do CN Prado e dos seus atletas que fizeram questão de se deslocar ao Aeroporto Francisco Sá Carneiro para receber o Campeão da Europa e a restante comitiva do clube.

«Sinceramente, não estava à espera de

ver tanta gente, ainda por cima chegámos a uma hora tardia. Ninguém se descoseu e foi uma agradável surpresa ver tantas pessoas à nossa espera. Esta foi a minha prova internacional com a camisola do CN Prado e nada melhor que trazer três medalhas para o clube. É um motivo de orgulho», completou.



CN PRADO

# «Somos grandes, mas ainda queremos ser maiores»

Município de Vila Verde homenageou internacionais do CN Prado



JOSÉ RAMALHO

Europeu de Maratona (1.º e 2.º)

«Foi um momento inesquecível na minha carreira de atleta. Três provas, duas medalhas de ouro e uma de prata. É um momento para não esquecer. Foi o meu melhor Europeu de sempre».



RICARDO ROCHA

Europeu de Maratona (2.º)

«Aquilo que ambicionávamos era uma medalha e superámos as expectativas porque não contávamos ficar em segundo lugar. Ser Vice-Campeões da Europa não fazia parte dos nossos planos. O melhor que tínhamos conseguido antes foi um quarto lugar».



MARIA GOMES

Europeu de Maratona, sub-23 (5.ª)

«A prova correu bem. Estive sempre na luta pelas medalhas, mas um erro na última portagem afastou-me do pódio. Estou muito satisfeita com a minha prestação, foi a primeira participação como sénior. Fiquei muito feliz pelo Ramalho pela conquista do título de campeão».

As duas medalhas de ouro de José Ramalho, em K1, e uma de prata, em K2, fazendo dupla com Ricardo Rocha, serviram de mote para a homenagem do Município de Vila Verde aos atletas internacionais do CN Prado, que representaram Portugal nos Europeus de Maratona e Velocidade, respectivamente, na Rússia e na Polónia, durante o mês de Julho.

Durante a cerimónia, que decorreu nos Paços do Concelho, no dia 21 de Julho, António Vilela enalteceu os feitos do CN Prado.

«É um orgulho para todos os vilaverdenses ter um clube da dimensão do CN Prado. É um clube que se tornou numa referência e um dos melhores do Mundo. Isso só pode ser um motivo de orgulho para todo o Concelho e para o nosso país. As medalhas do José Ramalho e do Ricardo Rocha são mais um momento alto do clube. Por isso felicitó-os por estas conquistas e também aos restantes atletas pela sua participação nos europeus. O Município de Vila Verde, por unanimidade, atribuiu um voto de louvor a estes dois atletas», revelou o autarca.

Ajuda para o Ciclo Olímpico

Horácio Lima, Presidente do CN Prado, agradeceu o apoio que o Município tem prestado ao clube e deixou um ape-

lo aos autarcas para ajudarem os seus atletas as chegarem aos Jogos Olímpicos de Paris, em 2024.

«Temos um grupo de jovens que vão entrar no ciclo olímpico 2024 e temos a obrigação moral de os ajudar a che-

gar a Paris. Mas isso só vai acontecer se lhe dermos todas as condições. Por isso peço que nos próximos tempos tenham outra visão para o clube e nos ajudem a crescer as nossas instalações. Nesta altura, temos 181 atletas e temos uma

grande dor de cabeça para fazer a gestão dos equipamentos. O CN Prado é uma referência no desporto concelhio e nacional. É um clube grande mas quer tornar-se ainda maior», frisou o líder do CN Prado.



GABI BRITO

Europeu de Velocidade, k1 500 e K4 500 (9.º e 7.º final A)

«As medalhas estavam em aberto. Não digo que superei os objectivos mas faço um balanço positivo para serem os primeiros Europeus. Colectivamente também correu bem, pois atingimos várias finais A, que é sempre um dos primeiros objectivos. Consegui superar o nervosismo, não penso que isso me tenha afectado».



INÊS BRANDÃO

Europeu de Velocidade, k4 500m (10.º)

«Não conseguimos chegar à final A por pouco, mas penso que ficaram coisas positivas da nossa participação para o Mundial. Sabemos onde falhámos e agora temos de melhorar para não falhar no Mundial. Quando vamos para provas internacionais é para tentar chegar às medalhas e nesse aspecto falhámos».



BRUNO MACEDO

Europeu de Velocidade, k4 500 (13.º)

«Não foi o que pretendíamos e ambicionávamos. Tínhamos nível para fazer melhor. Acabámos por ficar no 13.º lugar e não atingimos a final A, que era o nosso objectivo. Não sei o que falhou, estávamos confiantes mas no momento da verdade falhou qualquer coisa».



**TERRAS DE BOURO - CRISTIANO FERREIRA****«Estou habituado a ver o Terras de Bouro a lutar por outros lugares»****Cristiano Ferreira é o novo homem do leme da equipa terrabourense**

**C**ristiano Ferreira foi o treinador escolhido pelos responsáveis do Terras de Bouro para orientar a sua equipa sénior na época de 2021/22. O treinador está assim de regresso ao activo depois de um ano de paragem. «Já no ano passado tinha sido abordado pelo Presidente Miguel Rodrigues, mas decidi parar. Foi uma opção pessoal, pois tenho pessoas de risco na família e achei melhor não treinar. Este ano voltou a contactar-me e acabámos por chegar a acordo, porque penso que já há maior segurança e garantia devido às vacinas. Espero e desejo que as coisas corram melhor», começou por referir o treinador.

Quanto aos objectivos, Cristiano diz que o mais importante é tentar «limpar» a má imagem deixada pela equipa nas duas últimas temporadas. «Não vou estar a falar em objectivos concretos. A nossa principal preocupação é limpar esta má imagem deixada pela equipa nas últimas duas épocas em que não desceu devido à pandemia. Sinceramente, estou habituado a ver o Terras de Bouro lutar por outros lugares que não os da descida. Na Honra tem de andar nos seis primeiros», afirmou o sucessor de Alfredo Pereira no comando da equipa

terrabourense.

Sobre a construção do plantel, o treinador está consciente das dificuldades que o clube tem em formar uma equipa competitiva devido à sua situação geográfica. No entanto, está convencido que com algum «esforço» vai formar um plantel com «qualidade» para fazer uma boa figura na Divisão de Honra. «Quando abordámos os jogadores dizem-nos logo: “Mister, Terras de Bouro fica muito longe”. Mas a verdade é que também não é bem assim, porque de Braga a Terras de Bouro demorámos mais ou menos meia hora. Essa é a maior dificuldade que estamos a sentir, porque historial e nome na distrital tem o clube. Estou convencido que vamos fazer uma boa equipa», frisou Cristiano, que vai ter como adjunto Ricardo Antunes.

Recorde-se que, Cristiano começou a carreira de treinador no Este FC, tendo depois passado por clubes como Guisande, Tadim e Realense antes de chegar aos terrabourense.

O início da pré-época do Terras de Bouro está agendado para o dia 16 de Agosto.

**Eleições a 13 de Agosto**

Os associados do Terras de Bouro aprovaram o relatório e contas dos dois últimos triénios. Na Assembleia-geral realizada, no dia 30 de Julho, nas instalações do clube, os sócios marcaram ainda as eleições para o dia 13 de Agosto. Um acto eleitoral que irá ter apenas uma lista candidata, liderada por Miguel Rodrigues, já que foi a única apresentada na última reunião magna do clube.

PUBLICIDADE

**FORMAÇÕES FINANCIADAS**

INSCREVA-SE

**aevh**

Associação Empresarial do Vale do Homem

PRIMEIROS SOCORROS



COZINHA VEGETARIANA



GESTÃO DE STRESS



COZINHA E PASTELARIA



PEÇAS DECORATIVAS



FOTOGRAFIA E VÍDEO



Se está interessado(a), garanta a sua participação e inscreva-se:

**917005322 // geral@aevh.pt // www.aevh.pt**

Entidade formadora:

Cofinanciado por:





PORTO D'AVE

# «Seria uma utopia pensar em algo mais do que a manutenção»



O Porto d' Ave parte para a nova época desportiva com o intuito de limpar a imagem das duas últimas temporadas marcadas pela pandemia. Nesse sentido, a Direcção do clube decidiu manter João Fernando no comando da equipa, contratou sete jogadores e renovou com 13 atletas da época passada (ver quadro).

O experiente técnico, de 56 anos, que chegou ao clube a meio da temporada transacta, conhece a realidade do futebol regional como poucos e diz que falar em mais do que a manutenção seria uma utopia.

«Algumas equipas partem com outros objectivos diferentes dos nossos, mas também sei que só há lugar para uma equipa subir, por isso muitas delas estão a formar o plantel para subir de divisão e outras para

não descer. O Porto d' Ave quer estar nesse grupo. Estamos a construir a equipa para não descer, não podia ser de outra forma. Vamos procurar condições para lutar em todos os jogos pelos três pontos para conseguir a manutenção, pensar de outra forma seria uma utopia», apontou.

No entanto, João Fernando considera que mais importante do que isso é que a época decorra de uma forma tranquila de início ao fim. «Nesta altura, o que eu desejo, e certamente também os meus colegas, é que o campeonato corra de forma tranquila do início ao fim, sem sobressaltos, porque não sei se vamos ter forças para aguentar mais uma época igual a esta», anotou o técnico, que ainda espera mais um ou dois jogadores para fechar o plantel. «Queremos um ou dois jogadores que possam fazer a po-

sição de defesa e médio. Depois só entrará mais alguém se acrescentar mais à equipa em todos os aspectos, pois valorizo muito a parte humana e o carácter do jogador», apontou.

## Sub-23 próximos da equipa principal

João Fernando revelou ainda que a equipa técnica dos seniores vai assumir também a responsabilidade pelo projecto da equipa de sub-23. «O senhor Agostinho, quando assumiu a presidência, pediu-me para liderar este projecto. Depois de algumas conversas conseguimos criar condições na nossa equipa técnica para termos os sub-23 próximos da equipa principal», disse.

O técnico explicou que a intenção «é valorizar o que foi feito nestes três anos, mas trabalhar de outra forma». «A Direcção entendeu não ter o escalão de juniores, pois é preferível que os iniciados e juvenis sejam trabalhados de uma forma sustentada para quando chegarem a esse escalão e depois aos sub-23 estarem mais bem preparados. Só assim é que uma colectividade como o Porto d' Ave, longe dos grandes centros urbanos, consegue sobreviver», anotou o treinador, que vai fazer rodar alguns jogadores da equipa principal na secundária. «Isso vai acrescentar mais competitividade à equipa e fazer crescer os miúdos», perspectivou.

## Formato agrada

João Fernando sublinhou ainda ter ficado agrado com o formato das duas séries na Pró-Nacional e lembra que no passado a Divisão de Honra estava igualmente dividida em dois grupos. «Num contexto de dificuldades dos clubes acho positivo este formato, pois permite uma maior proximidade geográfica, o que acarreta menos despesas e também ajuda a ter mais público nos jogos. Com duas séries, os dérbis são mais aliciantes e não vejo que se perca competitividade», afirmou.



▶▶ Porto d' Ave contratou sete reforços

## «Queremos incomodar os de cima e não os de baixo»

Agostinho Baptista quer uma equipa mais atrevida na próxima época



Agostinho Baptista está ligado ao Porto d' Ave há mais de 40 anos. Foi atleta do clube e dirigente durante muitos anos mas nunca tinha assumido a pasta da presidência. Este ano, depois de alguma indefinição directiva, decidiu assumir essa função. Um cargo que o deixa «orgulhoso», mas também com muita «responsabilidade» em cima dos ombros.

O novo líder da equipa de Taíde explicou ao Desportivo os motivos que o levaram à presidência do clube. «Foi um pouco devido às circunstâncias que o clube estava a atravessar e também devido a algumas pessoas que já passaram pela presidência, como o Artur Maia, de quem fui Vice-Presidente, e do Filipe Silva, que é agora meu "Vice". Quase me obrigaram a ser Presidente, mas sinto que estou muito bem apoiado por essas pessoas. É uma tarefa árdua,

sei a responsabilidade do que me espera», começou por referir Agostinho Baptista, no dia da apresentação da equipa à comunicação social.

«É muito difícil formar o papel porque somos uma aldeia, com as nossas dificuldades, e vamos competir com equipas que são sedes de Concelho. No entanto, temos a vantagem das pessoas da nossa Freguesia sentirem muito as instituições da terra. São muito bairristas e só assim é que conseguimos manter o clube neste patamar e ter uma formação de grande qualidade», frisou.

Quanto aos objectivos para a época 2021/22, o Presidente do Porto d' Ave disse que vai pedir «mais um pouco» à equipa. «Queremos manter a equipa na Pró-Nacional, mas quero mais um bocadinho. Quero andar a "coçar" as equipas de cima e

não as de baixo. Depois, também gostava de chegar à final da Taça e ganhá-la, mas quando lá fomos perdemos com o Espo-sende. Estou a exigir mais um pouco dos colegas de Direcção e vou fazer o mesmo com o plantel. É assim que sei estar na vida», afirmou.

Agostinho Baptista revelou ainda que o orçamento aumentou um pouco esta época. «Trabalho muito para o Porto d' Ave. Acordo de noite a pensar no clube e queremos dar todas as condições à equipa principal e à formação, da qual nos orgulhamos muito. Isso vai exigir um reforço do orçamento. No entanto, antes de avançar para a presidência reuni com as empresas da Freguesia que deram muita coragem para avançar. Elas vão colaborar connosco», completou.





ços e renovou com 13 jogadores

## PLANTEL ÉPOCA 2021/22

### GUARDA-REDES

André Machado (ex-Sandinenses)  
Mário  
Rodrigo

### DEFESAS

Jeremy  
F. Vieirinha  
João Pedro (ex-Ponte)  
Miguel Almeida (ex-Vilaverdense)  
Machado (ex-Moreirense)  
Diogo  
Ribeiro

### MÉDIOS

Filipe Menezes  
Moreira (ex-FC Amareiros)  
João Vieira  
Maia  
Almeida

### AVANÇADOS

Varanda  
Rodrigo  
Neiva (ex-Vilarinho)  
Bonjardim (ex-Cabreiros)  
Ricardo Cruz  
Bruno

### EQUIPA TÉCNICA

#### TREINADOR

João Fernando

#### ADJUNTOS

Filipe Magalhães  
Francisco Oliveira  
Jaime Barbosa

#### TREINADOR GUARDA-REDES

Hugo

#### FISIOTERAPEUTA

Álvaro

#### DIRECTOR DESPORTIVO

Bruno Vieira

#### PRESIDENTE

Agostinho Baptista



**MOREIRA, EX-FC AMARES**

«Ajudar o clube da minha terra»

«O FC Amareiros não me contactou e segui a minha vida. Vim para servir o clube da minha terra, com a ambição de fazer um bom campeonato. Foi aqui que despentei e espero voltar a esses tempos. Conheço bem os jogadores, penso que temos um bom grupo para fazer um bom campeonato e manter o clube nesta divisão.»

## «Temos de limpar a imagem das últimas épocas»

**Ricardo Cruz diz que o clube merece andar nos lugares cimeiros**

Ricardo Cruz é um dos avançados mais experientes do futebol distrital. O atacante, que chegou ao Porto d' Ave a meio da época de 2019/20, proveniente do Serzedelo, quer ajudar a equipa a fazer um campeonato «muito diferente» das duas últimas épocas. O jogador diz que o contexto de pandemia não ajudou, mas que «também não ser de desculpa para tudo».

«Agora está em voga o discurso do jogo a jogo. Mas a verdade é essa. Temos de nos focar num jogo de cada vez. O Porto d' Ave vai lutar para ganhar os jogos todos, sabendo que não o vai conseguir. O nosso objectivo passa por fazer melhor do que nos dois últimos anos, que foram muito maus. A pandemia não justifica tudo. Já se espera outras coisas diferentes da equipa, pois o

clube oferece boas condições para andar no cimo da tabela», frisou o atleta, de 38 anos.

«O que posso prometer é muito trabalho e dedicação e marcar golos para ajudar a equipa. Penso que já vou para a minha 20ª época no futebol, mas é como se fosse a primeira. Quando estou de férias, estou «mortinho» por voltar aos treinos. Felizmente, a minha família comunga deste meu gosto pelo futebol e assim também é mais fácil», disse Ricardo Cruz, que espera uma época mais normal.

«Temos saudades de jogar e treinar de forma tranquila, sem termos a dúvida se vamos jogar ou não no fim-de-semana e ter os adeptos e famílias na bancada, pois é para eles que jogamos», apontou o jogador, que gostava de voltar a jogar na série B.





## ESTE FC

# «O Presidente ligou-me para renovar depois de termos sido goleados pelo Esporões»

Xiço quer deixar o Este FC no campeonato da Pró-Nacional



**R**icardo Silva, mais conhecido por Xiço, vai cumprir a terceira época ao serviço do Este FC e a quinta como treinador de futebol. O jovem técnico, de apenas 33 anos, diz que este foi o ano em que mais oportunidades teve para rumar a outros clubes e explicou as razões que o levaram a decidir permanecer no emblema bracarense.

**Que balanço faz destes dois anos no Este FC?**

Foram dois anos com contextos muito complicados, devido à pandemia. No entanto, no geral, os objectivos acabaram por ser cumpridos. O Este FC desta época foi uma equipa com muita qualidade, que até acabou por não se traduzir em resultados, mas a responsabilidade foi minha.

**Porquê?**

Na preparação da época cometemos alguns erros, nomeadamente no sector mais recuado. O Tiago e o Pedro Costa acabaram por não jogar, como estava previsto. Depois, a lesão do Rui Gama obrigou-nos a adaptar jogadores para o

eixo da defesa.

**«Morremos em Sequeira» Mesmo assim chegaram a acreditar que era possível subir?**

Depois do empate do Guilhofrei com o Sobreposta tínhamos uma grande oportunidade de chegar ao segundo lugar. A equipa estava no momento excelente, com muita crença que era possível subir, mas o nosso campeonato morreu em Sequeira. Acabámos por perder esse jogo com nove jogadores e perdemos o guarda-redes para o resto da época. Fomos a equipa com melhor qualidade de jogo, mas falhámos no pormenor. Isso verificou-se diante do Esporões, um jogo em que fomos goleados (6-0) e, aos 80 minutos, estávamos a perder 2-0. Terminámos a época com 14 jogadores, num plantel de 24, o que demonstra bem as dificuldades que sentimos. Mas a produção da equipa agradou-me.

**Levar o Este FC à Pró-Nacional Por que decidiu continuar mais um ano?**

Este foi o ano em que se calhar tive mais

possibilidades de sair para outros patamares. No entanto, existe entre a Direcção e o treinador um compromisso que passa por colocar o clube no patamar mais alto do futebol distrital. É como esse objectivo que me quero despedir deste projecto.

Depois, as pessoas contam muito. Vou-lhe confidenciar uma coisa. Na segunda-feira após o jogo com o Esporões, em que perdemos por 6-0, recebi uma chamada do Presidente. Pensei: “Já foste, é o futebol”. Mas não. Ele disse-me: “Tu és o homem certo para continuar com o projecto, contamos contigo para a próxima época”. Isso pesou muito na minha decisão. Sinto que as pessoas me querem muito aqui, há pouco dinheiro que pague isso.

Também sinto que este é um clube à minha imagem, que com pouco faz muito. Tem uma grande capacidade de potencializar jogadores e treinadores. Se houve clube onde me consegui mostrar foi no Este FC, mesmo sem ficar em lugares de destaque.

Por último, mas não menos importante, também quero provar que mesmo na regional é possível conciliar a qualidade de jogo com os bons resultados.

**Na próxima época o foco é a subida?**

Como já referi, os objectivos passam por colocar a equipa na Pró-Nacional. Para isso a Direcção teve de fazer algumas cedências no que concerne ao reajuste no plantel, principalmente com a entrada de jogadores mais experientes, porque nestes dois anos fomos o plantel mais jovem da Honra. Isso em determinados momentos paga-se caro.

**Ficam 14 jogadores**

**Vão mexer muito na equipa?**

Não. Vamos manter 14 jogadores e fazer seis ou sete contratações. Esperemos que sejam suficientes para nos momentos decisivos a equipa estar mais preparada.

**Mas não conseguiram segurar alguns jogadores.**

Não tivemos hipótese de manter o Patrão, que recebeu uma proposta financeira muito superior, e o Mendalha que vai jogar para outro patamar. Ainda tentamos igualar a proposta do Mendalha, mas ele quis sair. Acho bem porque é um miúdo com 20 anos e com qualidade para outros voos.

**A Honra tem vindo a perder qualidade?**

Penso que perdeu competitividade. No entanto, existem sempre quatro ou cinco equipas a lutar pelos primeiros lugares. É um campeonato com dois extremos. Não existe um equilíbrio tão grande entre as equipas, como por exemplo na Pró-Nacional, mas vai ser na mesma um campeonato competitivo. Esperemos que com a vacinação tenhamos um pouco mais de sossego.

## Sete reforços e 12 renovações

### Plantel do Este FC está fechado

O Este FC contratou sete reforços para atacar a subida à Pró-nacional na próxima temporada, renovou com 12 jogadores e promoveu três juniores ao plantel principal.



Keko é reforço para a baliza



Moreira chega do Limianos



Treinador e presidente

## PLANTELE ÉPOCA 2021/22

### GUARDA-REDES

Keko (ex-Pousa)  
Rui Nascimento (ex-Martim)

### DEFESAS

Joca, Diogo Dias, Rui Gama, Pedro Costa, Diogo Costa (ex-Esporões),  
Moreira (ex-Liminianos),  
Lucas Silveiredo (ex-júnior)  
e Rafael Ferreira (ex-júnior)

### MÉDIOS

Moleiro,  
Serginho,  
Tó, Louro,  
Edu, Rui Soares, Xanky  
e Cainé (ex-júnior)

### AVANÇADOS

Leandro  
Flávio (ex-Celeirós)  
Bernardo (ex-Cabreiros)  
Simões (ex-Cabreiros)



**DUMIENSE - CANETAS**▶ ▶ **Avançado vai cumprir a quarta época ao serviço do Dumiense**

## CANETAS QUER ESCREVER MAIS UMA PÁGINA DE OURO NA SUA CARREIRA

**N**uno Filipe Gomes Teixeira, conhecido no mundo da bola por Canetas, é sinónimo de golos. Ao longo da sua carreira foi por duas vezes o rei dos marcadores dos campeonatos da AF Braga e ganhou tudo o que havia para ganhar nos campeonatos distritais. Aos 38 anos, continua com a mesma ambição e quer colocar um ponto final na carreira com mais títulos ao serviço do Dumiense.

**Sentiu alguma frustração por não terem terminado no primeiro lugar?**

Claro que sim. O nosso objectivo era ficar no primeiro lugar da nossa série e depois discutir a subida aos Nacionais de futebol. É frustrante quando estamos perto de atingir o primeiro objectivo e não o conseguimos. Sabemos que foi uma época atípica, com apenas 11 jornadas,

não foi fácil, com muitas paragens e oscilações de forma, mas foi igual para todas as equipas.

**A derrota em Nine acabou por ser fatal para as vossas aspirações.**

Embora nunca tivéssemos “atirado a toalha ao chão”, sabíamos que só com um milagre recuperávamos o primeiro lugar, pois o Forjães tinha de perder pontos em casa com o Martim, uma equipa que, como se diz no futebol, “estava morta”.

**Ficou surpreendido com a saída de Ruca Sá?**

Ando no futebol há muitos anos e já quase nada me surpreende. Gosto muito do Ruca, é um treinador jovem com muito potencial e trabalha muito. Quando assim é normalmente tem-se sucesso. É

um treinador novo, tem algumas coisas a aprender, mas se lhe derem mais oportunidades vai singrar no futebol. Já tive muito treinadores e ele tem uma coisa boa, que é unir o balneário.

**E que opinião tem sobre a escolha de André Brito?**

Não conheço bem, mas tenho boas informações do seu trabalho, embora ainda seja curto. Sei que esteve na formação do FC Porto e do Vilaverdense e que subiu o Ronfe. Ao longo da minha carreira tenho trabalhado com alguns treinadores novos, mas com muita qualidade, como foi o caso do Ricardo Silva, no Taipas, do Hugo Santos, no Merelinense, e mais recentemente, o Ruca Sá, aqui no Dumiense. Esperemos que nos ajude e nós estamos cá também para o ajudar a ter sucesso.

**«Senti-me sempre acarinhado»**

**O Canetas renovou por mais uma época.**

Senti que havia vontade da parte do Dumiense em que eu continuasse. A idade vai avançando e não sei se este vai ser o último ano. Aliás, quando fui para o Dumiense era para não jogar mais. Entrei um pouco desconfiado, mas agora sei que o clube tem muito futuro. Senti-me sempre acarinhado e quando me convidaram a renovar não conseguí dizer que não.

**Os objectivos passam novamente pela subida aos nacionais?**

São os mesmos do ano passado. Queremos ajudar o Dumiense a chegar aos Nacionais de futebol. O que podem esperar do Canetas é trabalho, dedicação e tentar marcar golos para ajudar a equipa.

**E acha que o clube está preparado para dar esse passo?**

Sem dúvida que sim. Ano após ano, o clube está mais organizado. Tem umas instalações ao nível dos clubes do Nacional e ainda vão melhorar com as obras que vão realizar. Depois, tem uma estrutura muito competente para andar nos Nacionais por muitos anos.

**«Os campeões fazem-se com bons balneários»**

**Foi importante manter a base da equipa da época passada?**

É importante porque já nos conhecemos muito bem. A experiência que tenho é que as equipas campeãs têm sempre grandes balneários e não grandes jogadores.

**O campeonato da Pró-Nacional perdeu qualidade nos últimos anos?**

Ficou menos competitivo por serem muitas equipas e estar dividido em duas séries. Penso que as equipas todas numa série tornava a prova muito mais competitiva.

**Gosta de jogar sozinho na frente ou com outro avançado?**

É-me indiferente. Por exemplo, no Merelinense, jogava com o Tanela e às vezes até jogava eu, o Bié e o Tanela. Este ano, não joguei tantas vezes. O treinador optou pelo Tanela, que dá outras coisas ao jogo diferentes das que eu dou, mas acho que nos completamos bem.

**Terminar a carreira com título**

**Esta pode ser a sua última época?**

Não tinha confiado com ninguém, mas se o Dumiense fosse campeão este ano iria terminar a minha carreira. Gostava de deixar o futebol com um título de campeão. Aliás, como capitão de equipa do Dumiense gostava de levantar todos os troféus da AF Braga na próxima época. Depois, penso que está na altura de passar a pasta aos mais novos.

**TROFÉUS CONQUISTADOS AO LONGO DA CARREIRA**

2 títulos de Campeão da Pró-nacional	3 Taças da AF Braga	2 vezes melhor marcador da AF Braga (2011/12 e 2013/14)
1 título da Divisão de Honra	1 Supertaça da AF Braga	1 título de campeão de série no CNS (2016/17)
1 título da I Divisão	1 Taça dos Campeões do Minho	Troféu “O Minhoto” na época 2016/17





**CD MAXIMINENSE**

# Maximinense quer aproximar população do clube

**Clube festejou 90 primaveras no dia 16 de Julho**

O CD Maximinense festejou no dia 16 de Julho 90 primaveras. Fundado em 1931, o clube tem passado ao longo dos anos por momentos altos e baixos. No entanto, um dos mais marcantes para o emblema de Maximinos foi certamente a reestruturação do Campo Fernando da Cunha Gomes, que permitiu ao terceiro clube mais antigo da cidade de Braga dar um salto qualitativo.

A nível desportivo, o Maximinense já competiu nos Nacionais e no maior escalão do futebol distrital, mas nos últimos anos caiu na última divisão. Uma situação que Nuno Carvalho quer inverter. «Estou pelo segundo ano à frente do clube e podemos dizer que no primeiro nada foi feito devido à situação de pandemia. Foi um ano zero. Agora, sim, iremos arrancar com um pro-

jecto muito aliciente, acima de tudo ao nível da formação. Acredito que esta será uma época especial», disse o Presidente do Maximinense, no dia de aniversário do clube.

«É o terceiro clube mais velho da cidade, são 90 anos. Este clube já andou lá por cima e gostaria de voltar a esses tempos. No entanto, o primeiro objectivo passa por chamar a população novamente para o clube», acrescentou o dirigente.

Na época passada, o Maximinense decidiu não participar no campeonato e agora está de regresso à competição. «O objectivo dos seniores é lutar pela subida de divisão, tal como nos juniores e juvenis, onde temos excelentes equipas. Pretendemos que a nossa formação seja uma referência na cidade de Braga. Queremos potenciar estes miúdos e com isso ter bons resultados», completou.



## Andar no comboio da frente

**Pedro Silva diz que está «num clube especial»**

O treinador Pedro Silva vai continuar a liderar a equipa do Maximinense na época de 2021/22 e não esconde a ambição de lutar pelos lugares cimeiros da tabela. «Queremos construir uma equipa muito competitiva para dar uma resposta positiva em todos os jogos. Andar no grupo da frente será um objectivo e, a partir daí, veremos o que pode acontecer. Subida? Sim, pensamos nisso, como é evidente», referiu.

A ambição leva a que o foco esteja apontado para o cimo da tabela, mas o treinador tem consciência que o caminho para lá chegar não é fácil. «O objectivo passa por andar no grupo da frente. Queremos subir, mas vai

ser um campeonato complicado. Há clubes que oferecem dinheiro que não podemos», apontou.

**«Dar alegrias»**

Pedro Silva tem um passado ligado ao Maximinense, como jogador e treinador, e admite ter um carinho especial por este emblema. «Sinto-me em casa, fui atleta na formação, fui treinador nas camadas jovens e agora dos seniores. O estádio é perto de minha casa, assisti a muitos jogos aqui, fui campeão como treinador dos juvenis e espero dar ainda mais alegrias a este grande clube», concluiu.



## «Identifico-me com as pessoas»

**Vicente Teixeira é novo coordenador da formação**



Vicente Teixeira está de regresso ao CD Maximinense. O novo coordenador da formação acredita que pode fazer um trabalho. «Vamos começar um projecto de formação de base. Mudámos alguma coisa, alterámos algumas formas de trabalhar, porque para se evoluir temos de criar as nossas regras. As pessoas falaram comigo e deram-me abertura para mudar várias coisas em termos de formação», disse o novo responsável da for-

mação do Maximinense, elogiando as valências à disposição de treinadores e jogadores. «Estamos a falar de um clube histórico, quem entra aqui vê que há condições para se trabalhar. A seguir ao SC Braga, o Maximinense deve ser o clube com as melhores condições da cidade. Não nos falta nada e, por isso, quero muito ajudar esta Direcção na formação. Vim para cá porque me identifico com as pessoas que cá estão», juntou.