

«Divirto-me muito a ler as entrevistas»  
«Já ouvi treinadores com insultos racistas»

Luís Correia, presidente da AD Lage



P. 10

## CAPITÃO ANDRÉ SOARES ABORDA ACTUAL MOMENTO DO LANK VILAVERDENSE

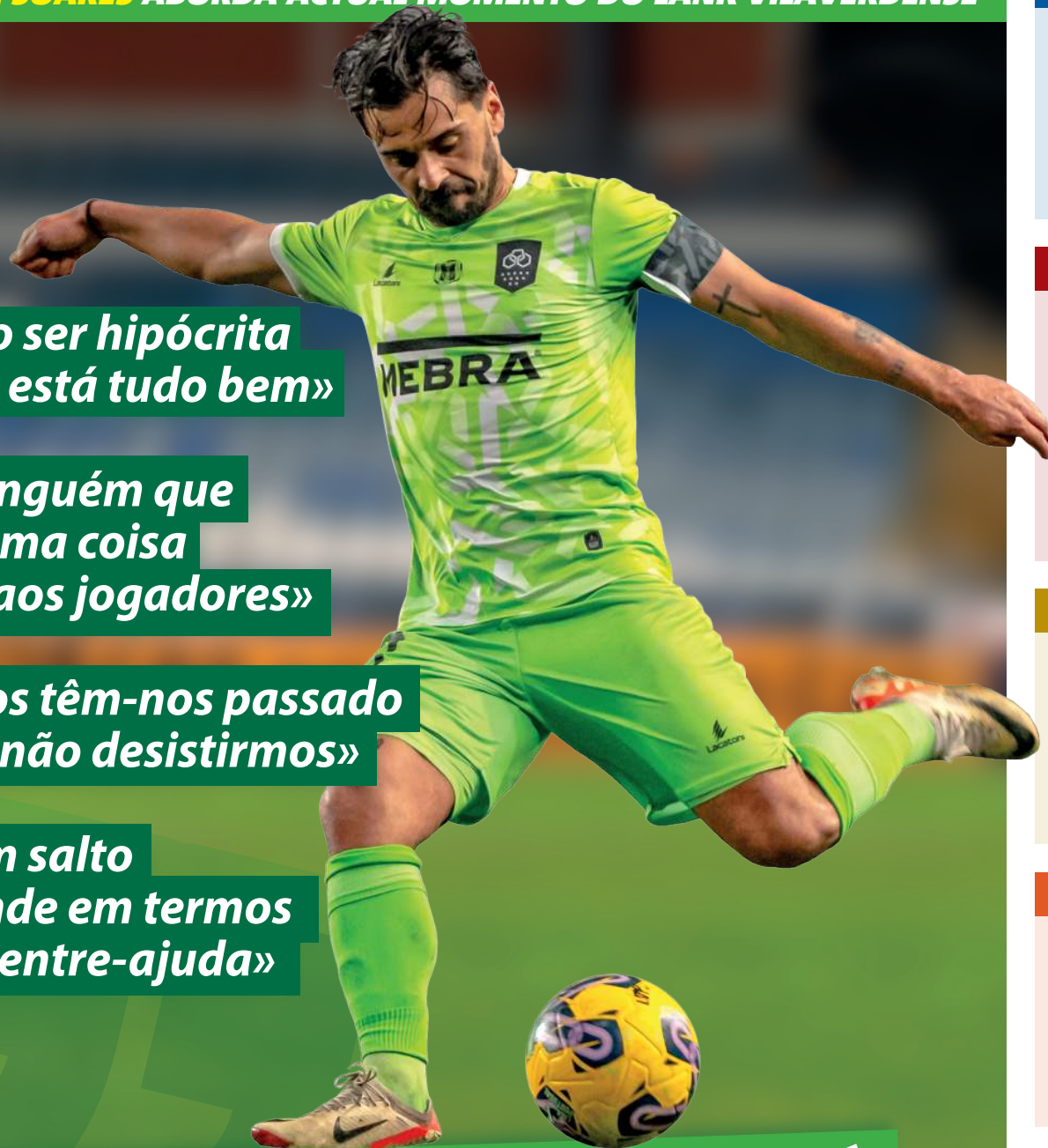
P. 2-3

«Não posso ser hipócrita e dizer que está tudo bem»

«Não há ninguém que tenha alguma coisa a apontar aos jogadores»

«Os adeptos têm-nos passado força para não desistirmos»

«Demos um salto muito grande em termos de união e entre-ajuda»



# «A PERMANÊNCIA SERÁ UM FEITO TÃO GRANDE OU MAIOR DO QUE AS SUBIDAS»

### FC AMARES // P. 6

**Gonçalo:** «Vim mais numa perspectiva de ajudar»

«Temos jovens com qualidade»

### RENDUFE // P. 7

**Marco:** «O nosso lugar não define a qualidade do plantel»

«Precisávamos de duas ou três vitórias para dar o salto»

### CALDELAS // P. 9

**Falcão:** «Não estamos na posição que desejávamos»

«Fazer segunda volta exemplar»

### LANHAS // P. 8

**Márcio:** «Somos a melhor equipa da nossa série»

«Seria terminar em beleza com um título»

### TERRAS BOURO // P. 11

**Carvalho:** «Queremos ser os campeões da segunda volta»

«Nenhum clube está acima dos meus valores»

P. 4

Celebrações arrancam a 25 de Setembro do próximo ano  
Comissão de Honra composta por 26 pessoas

## GD Prado prepara comemoração do centenário



Um viveiro do futebol feminino

## Os Regadinhos de Freiriz Aposta sustentada na formação

P. 14-15



## LANK VILAVERDENSE FC

Jogador imprescindível nas duas subidas consecutivas do Lank Vilaverdense, André Soares aceitou prosseguir a carreira na estreia do clube no segundo patamar do futebol português. Peso-pesado no balneário, o camisola 10 não fintou as perguntas difíceis, abordou temas diversos e transversais à época do Lank, mas é para a permanência que “mestre André” direcciona o discurso próprio de um líder dentro das quatro linhas.

**Como tem sido este seu regresso à II Liga?**

Senti algumas diferenças. A competitividade é completamente diferente, o nível aumentou muito e todos temos de dar o melhor para estarmos mais perto da realidade de outros jogadores e de outras equipas. Passa tudo muito pela nossa cabeça e pela nossa coragem para tentar conquistar os três pontos.

**A competição mudou muito desde a sua última passagem?**

Acho que é ainda mais competitiva. Temos equipas com muito poder, que tinham estado muitos anos na I Liga, equipas com orçamentos muito grandes. Penso que é o ano mais difícil, pois há um conjunto de 10/12 equipas que no início pretendiam atacar a subida, mas só vai dar para duas ou três.

**O nível de competitividade é realmente diferente do da Liga 3?**

Creio que sim. Há muito mais equilíbrio em que o pormenor ganha uma importância ainda maior. Em termos de qualidade diria que a diferença não é assim tão grande, porque a Liga 3 tem realmente jogadores com muita qualidade e potencial. Depois, existe a parte física e mental, em que há jogadores que já estão preparados para este desafio da II Liga e outros, como nós, que temos de encurtar rápido essas distâncias.

**Quem vê como grande candidato ao 1.º lugar?**

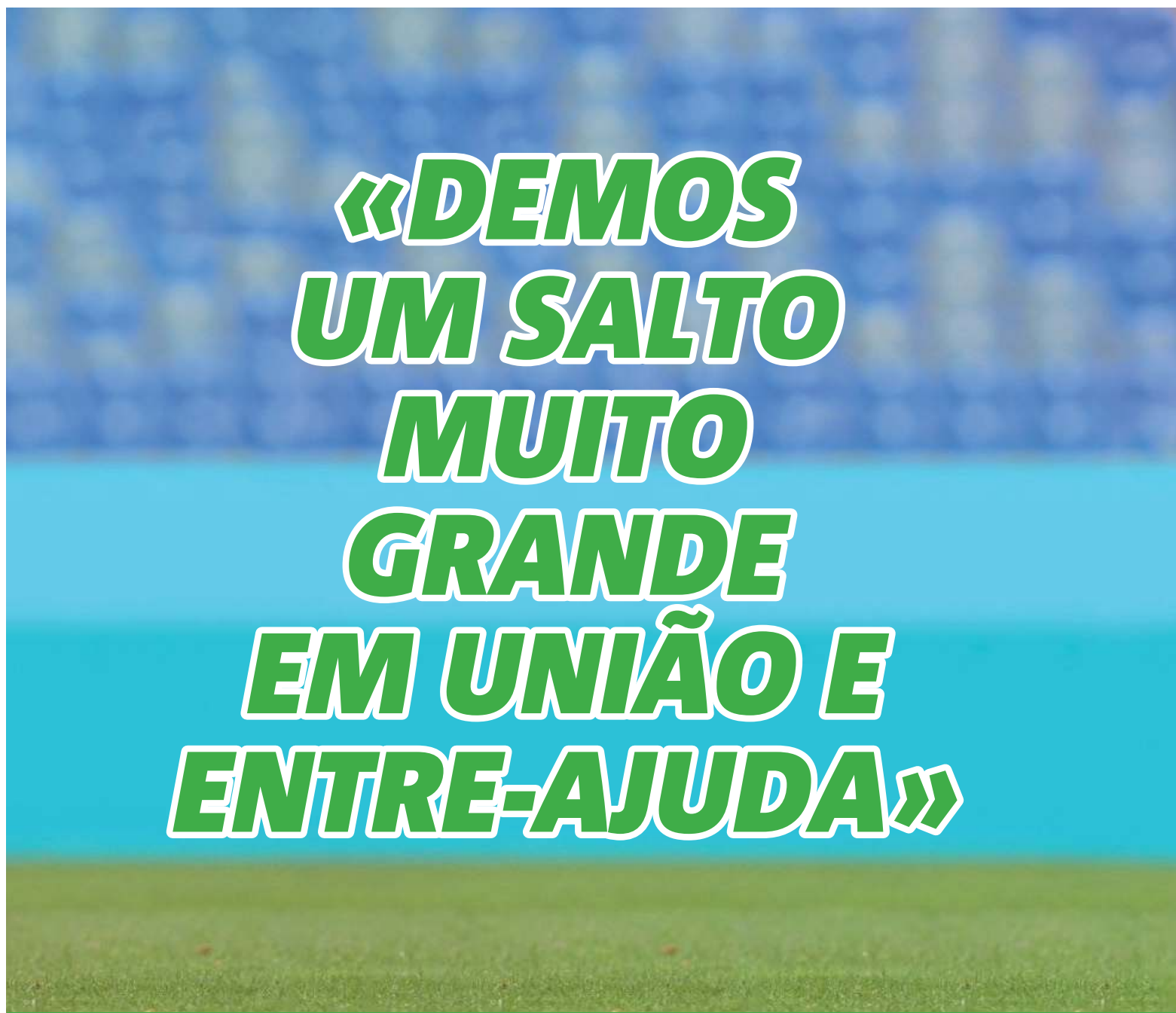
Neste momento, acho que o Santa Clara, como tem vindo a provar, jornada após jornada. Está muito bem lançado, mas sabemos que na II Liga todas as equipas são difíceis e o primeiro pode perder com o último. Eu diria o Santa Clara, mas ainda está tudo em aberto na luta pela subida e pela manutenção.

**A tabela acaba por reflectir o valor das equipas?**

Penso que sim, porque está tudo muito próximo, as equipas do meio da tabela tanto estão próximas dos primeiros lugares como dos lugares de descida. Por isso, a classificação reflecte o equilíbrio que existe na II Liga.

**Acredita na permanência, naturalmente, mas o que é necessário a equipa fazer para atingir o objectivo?**

Não sei. Estamos a atravessar um bom momento, estamos coesos e mentalmente fortes. Enquanto grupo demos um salto muito grande em termos de união e entre-ajuda. Penso que vai ser esta união que vai dar a tão desejada permanência na II Liga.



▶ ▶ André Soares destaca momento actual do Lank Vilaverdense

**«Os adeptos estão do nosso lado e têm-nos passado essa força para não desistirmos»**

**Actuar fora do Cruz do Reguengo é quase como começar os jogos a perder 1-0?**

Não diria isso... Mas, conhecendo bem os nossos adeptos, que vibram tanto com o clube e o futebol, é algo que me deixa triste, não poder competir numa Liga tão importante e não ter os nossos adeptos em força para nos apoiar. Porém, como eu sinto, também eles sentirão, porque devido à distância e às horas dos jogos é muito complicado eles comparecerem. Mesmo assim, temos sentido um grande apoio. Por isso, queria deixar uma palavra aos adeptos, porque mesmo aqueles que não podem ir aos jogos acabam por ter uma palavra de força, conforto e compreensão. Algo que tenho vindo a perceber é que estão do nosso lado e têm-nos passado essa força para não desistirmos.

**A equipa tem conseguido pequenos milagres?**

Não lhe chamaria milagres. Claro que era tudo mais fácil com estabilidade, mas a realidade é que a qualidade humana e desportiva existe no grupo.

**«É importante ver o jogador feliz»**

**Soares tenta ser... fixe**

Além de ser um dos jogadores mais tarimbados do plantel nesta época de estreia do Lank Vilaverdense na II Liga, André Soares volta a assumir o estatuto de capitão de equipa, no qual procura ter um papel particular.

«Se sou uma voz respeitada no balneário? Não sei, tem de perguntar aos meus colegas. O meu papel é tentar trazer o melhor deles, tanto a nível desportivo, como pessoal, porque acho que para um jogador render é

muito importante ele estar feliz. E é o que tento sempre passar, que aproveitem a oportunidade de que estão a ter, porque estamos a disputar uma II Liga portuguesa, que é um patamar interessante, mas também tentando ajudar jogadores que podem atingir outros patamares. O meu papel é passar-lhe a minha experiência e conselhos para que possam singrar no futebol», indicou o camisola 10.







Também sabíamos que ia ser preciso uma fase de adaptação à II Liga. Por exemplo, no último jogo com a Oliveirense, penso que tínhamos apenas dois jogadores que tinham jogado II Liga, mesmo eu não fiz muitos jogos e o resto não tinha jogado na II Liga e era preciso um período de adaptação. Penso que temos sido verdadeiros guerreiros e dignos do trabalho que fazemos.

**O que correu mal com António Barbosa?**

Não lhe consigo dizer se correu mal. Sabemos como é o futebol, há bolas que entram, outras não, e acabam por ser os resultados que ditam estas coisas. Mas recordo que fizemos excelentes jogos com o António Barbosa em que merecíamos a vitória e acabámos por perder. O futebol é muito isto, quase sempre os resultados é que ditam se o treinador fica ou sai.

**Mudou muito a forma de jogar com Sérgio Machado?**

São treinadores com ideias diferentes.

O que nos compete a nós, jogadores, é assimilar o mais rápido possível o que o treinador quer, porque ele é que sabe o caminho para a vitória. Aconteceu com o mister Tó [António Barbosa] e também com o mister Sérgio, pois são eles que nos dão as luzes para conseguirmos as vitórias.

**Considera que é vital o reforço da equipa?**

A verdade é que estamos com um plantel muito curto, mas isso é um tema para outras pessoas. Saíram jogadores, mas o mais importante é quem fica cá, pois são esses que nos podem levar à manutenção. Aos que saíram um obrigado por terem representado o clube da melhor forma que sabiam, mas agora temos de pensar nos que ficaram.

**«Final da carreira? Ainda penso jogar muitos anos»**

Já olha para o final de carreira ou isso nunca lhe passou pela cabeça?

Sinceramente, não penso nisso, por-

que ainda me sinto bem e feliz. Enquanto me sentir bem física e psicologicamente a fazer isto, ainda vou estar por cá muitos anos.

**Então ainda se vê a jogar por muitos anos?**

Neste momento diria que sim. Agora daqui a seis meses não sei.

**Sente que podia ter chegado mais longe na carreira?**

Sim. Também sei porque não aconteceu, muito por culpa minha, por não estar preparado mentalmente, nem ter a ambição certa. Mas como já disse muitas vezes, olhando para trás estou muito satisfeito com o meu trajecto, feliz por estar onde estou e pela pessoa que sou e também porque todos estes caminhos, estas escolhas, muitas erradas, me trouxeram aqui. Sou feliz pela pessoa que sou e pela família que construí. Não atingi o patamar desportivo que podia ter atingido, mas a nível pessoal sou uma pessoa feliz e realizada.

**E vê-se ligado ao futebol depois de deixar os relvados?**

Neste momento, diria que sim. Mas sei que as coisas podem mudar. O futebol é algo que amo muito e gostava de continuar ligado. Vou começar a tirar o curso de treinador na próxima época, mas não sei se será esse caminho. É algo que gostava de fazer para perceber melhor o

jogo e tudo o que o envolve e perceber melhor o papel do treinador, mas não quer dizer que seja esse o caminho.

**«Manutenção será um feito tão grande ou maior do que as subidas»**

**Os momentos em Vila Verde foram os mais emocionantes da sua carreira?**

Foram muitos. As subidas eram algo que queria que acontecesse no Lank Vilaverdense, porque sendo um clube que me ajudou tanto, sentia que tinha de estar ligado a algo importante no clube. Felizmente, conseguimos essas duas subidas de divisão, e penso que esta época conseguindo a manutenção, e acredito que o vamos fazer, será um feito tão grande ou maior do que as subidas. Por isso, estou 100% comprometido para o conseguir.



## «Se está tudo bem? Não posso ser hipócrita...»

### Capitão frontal

Conhecidas que são as dificuldades do Lank Vilaverdense na actual temporada (a folha salarial dos jogadores já foi regularizada), a frontalidade de André Soares na resposta tem tanto de natural como é desprovida de frases feitas.

«Não posso ser hipócrita e dizer que está tudo bem. Como capitão tenho tido a sorte de encontrar um grupo de colegas de equipa muito focados, com uma ambição muito grande e que estão a conseguir não

olhar para os problemas, mas a tentar fazer o nosso trabalho que é dentro do campo e o foco está a passar muito por isso. Pensar no que conseguimos controlar, que é treinar bem e ao fim de semana tentar fazer o melhor possível. E nesse aspecto penso que não há ninguém que tenha alguma coisa a apontar aos jogadores, equipa técnica e ao próprio staff, que todos os dias estão ao nosso lado a ajudar no que podem», resumiu.





## GD PRADO

# GD Prado começa a festejar centenário em Setembro de 2025

## Clube apresentou Comissão de Honra composta por 26 elementos

A Comissão Executiva das comemorações do centenário do GD Prado deu, no dia 27 de Janeiro, o primeiro passo para as celebrações do 100 anos do clube, com a apresentação da Comissão de Honra, composta por 26 pessoas (ver caixa), que integra antigos Presidentes e associados do clube, instituições locais e nacionais, bem como outras personalidades que tiveram um «papel importante» no desenvolvimento na colectividade da Vila de Prado.

«Convidámos toda a gente ligada ao clube no presente ou num passado mais próximo. Na Comissão de Honra incluímos as instituições do Concelho, da Freguesia e os antigos Presidentes do clube. Este é o início dos trabalhos que gostaria que redundassem numa grande celebração do centenário», expôs o padre João Alberto Correia, Presidente da Comissão Executiva, composta por nove elementos.

As comemorações oficiais do centenário vão ter início no dia 18 de Setembro de 2025, com o fecho a decorrer um ano depois com a realização de uma gala comemorativa dos 100 anos do GD Prado. Pelo meio serão realizadas várias actividades desportivas e culturais, num programa ainda em elaboração, mas que já tem algumas ideias definidas, segundo o Presidente da Comissão Executiva.

«Pereceu-nos bem começar as comemorações do centenário a 18 de Setembro de 2025, porque é a data consensual da fundação do clube, para terminar um ano depois; lançar um livro e um hino do centenário; a questão da toponímia (ver caixa), agregar as antigas



modalidades; envolver as escolas; realizar um torneio sénior e outro da formação; completar o monumento do clube; homenagear os associados com 25 e 50 anos; criar um Conselho Consultivo da Direcção; e criar uma base de dados e ampliar o número de sócios», enumerou o padre João Alberto Correia.

«Temos mais algumas coisas que não sei se será possível realizar, como a ampliação das bancadas e até pensar numa

eventual subida de divisão na altura do centenário, mas isso não depende das comemorações, mas sim das pernas dos nossos atletas. No entanto, uma coisa é traçar o objectivo, outra é conseguir, mas se não sonharmos nunca mais se consegue», juntou o Presidente da Comissão Executiva.

Durante a cerimónia foi ainda sugerido, pelo CN Prado, a realização de uma regata comemorativa do centenário

e também uma exposição fotográfica com a história do clube. Uma proposta feita pelo Centro Comunitário de Prado da Cruz Vermelha.

### Rua com nome do fundador

A rua de acesso ao parque de jogos do Faial vai passar a denominar-se António Pereira Lima, fundador do GD Prado.

## Câmara disponível para ajudar

### Ampliação das bancadas

Durante a apresentação da Comissão de Honra do Centenário, o sócio Francisco Peixoto e também membro da Comissão Executiva lançou o repto à Presidente de Câmara, Júlia Fernandes, para que a autarquia apoie a ampliação das bancadas. «Seria interessante que ficasse um marco da sua gestão no centenário. Como sabe, não temos condições para receber os nossos adeptos, nem os adversários. Por isso, gostaríamos de contar com a ajuda da Câmara na construção das bancadas», apelou. Júlia Fernandes ouviu o repto lançado pelo

associado pradense e disse que a autarquia está disponível para colaborar.

«Podemos pensar em fazer uma parceria, perceber que tipo de investimento é necessário. Estamos disponíveis para ajudar», respondeu a autarca, que enalteceu o trajecto do GD Prado.

«Dar os parabéns ao clube pelos 100 anos que estão à porta, mas também a esta comissão que pensou de uma forma abrangente e completa em todas as actividades», sublinhou a autarca.

## Nomes com compõem a Comissão de Honra

Federação Portuguesa de Futebol, Associação de Futebol de Braga, Câmara Municipal de Vila Verde, Junta de Freguesia da Vila de Prado, Associação Empresarial do Vale do Homem, Centro Comunitário de Prado da Cruz Vermelha, Agrupamento de Escolas de Prado, Casa de Povo da Vila de Prado, GNR, BV Vila Verde, CN Prado, António Vilela, José Manuel Fernandes, Rui Silva, Francisco Lima (filho do fundador do

clube António Pereira Lima), José Peixoto, Joaquim Braga, Fernando Manuel (sócio número 1), José Veloso Azevedo, Alfredo Lopes Sá (sócio mais velho, que celebra o aniversário no mesmo ano do clube), Adolfo Mota, Eduardo Lima, Fernando Machado Fernandes, António Viana, Ernesto Gonçalves (estará em sua representação o filho Vítor Gonçalves, também na qualidade de contabilista).





**GD PRADO**



**«ESPERAMOS FAZER UMA SEGUNDA VOLTA MELHOR, NÃO NOS ACOMODAMOS»**

► ► **Cláudio quer ajudar o GD Prado a ficar num lugar do pódio**

Cláudio faz um balanço positivo da primeira volta do GD Prado no campeonato da Pró-Nacional. No entanto, o extremo diz que a equipa tem sempre «algo a melhorar» e «não se acomoda», deixando a promessa de que o grupo vai lutar para ocupar «um dos três lugares do pódio» na tabela classificativa.

**O sonho de levantar a Taça**

«Continuo a sonhar ganhar a Taça da AF Braga e penso que é também um desejo que se estende aos meus colegas e ao GD Prado, que há muitos anos que não pisa o palco da final. É uma festa lindíssima e penso que o grupo e o clube mereciam ganhar este troféu»

«Se fizermos o mesmo trabalho da primeira volta, e ainda podemos sempre

melhorar alguns aspectos, podemos ficar num lugar do pódio, sem dúvida nenhuma. Pelo talento que tem a equipa seria ingrato não ficarmos nos três primeiros lugares. Esperamos fazer uma segunda volta ainda melhor do que a primeira. Não nos acomodamos, temos sempre algo a melhorar. Tivemos alguns resultados que não merecíamos e temos de os rectificar», apontou o jogador, que chegou ao Faial há cinco anos.

«Foram cinco temporadas positivas, sempre a crescer. A primeira época ficámos em segundo, tive o privilégio de jogar na Taça de Portugal e de ser treinado pelo “mister” Zé Nuno, uma grande pessoa. Depois, andámos sempre nos lugares cimeiros, apenas no ano da pandemia é que não correu bem, foi um ano atípico. Mas a equipa tem dado sempre boas respostas, com todos os treinadores», juntou o extremo, de 28 anos.

**«Um escape e uma terapia»**

«Se não fosse o futebol dava em maluco. É um escape e uma terapia, para além de ser um desporto de que sempre gostei. Sem ele não era a pessoa que sou».

«Na minha opinião, o clube devia estar uma divisão acima. Tem condições e estrutura para competir nos Nacionais, mas também não sou a pessoa indicada para abordar esse assunto», acrescentou o atleta.

Cláudio acredita que na segunda volta equipas como Vieira, Forjães e Santa Maria vão crescer e ainda podem ter uma palavra a dizer na luta pelos primeiros lugares no campeonato da Pró-Nacional. «O Vieira começou bem, passou por uma fase menos positiva, mas penso que

ainda vai subir na tabela classificativa, assim como o Forjães e o Santa Maria, pois são equipas com muito historial. Aliás, o Forjães foi das equipas que mais gostei, o lugar que ocupam (9.º) não corresponde ao seu valor. Têm muita qualidade e vão fazer uma boa segunda volta, há que contar com eles», afirmou.

**«Não sinto vontade de sair»**

«Já tive a oportunidade de sair do GD Prado, mas não senti vontade. É um clube completamente diferente dos outros e quem por cá passou sente isso. Existe uma grande harmonia entre todos. Mesmo os adeptos, que são exigentes, compreendem o lado humano do jogador».

**«Uma alegria partilhar o balneário com eles»**

**Jogador elogia BS9 e Pedro Pereira**

Bruno Silva e Pedro Pereira são dos jogadores mais experientes do plantel e Cláudio Sampaio não poupa nos elogios aos colegas de balneário. «É uma alegria dividir o balneário com o Bruno Silva e com o Pedro Pereira. O Bruno Silva é um exemplo a seguir. Extrovertido e dá sempre uma palavra de conforto aos colegas quando as coisas correm menos

bem. Uma pessoa fantástica, um líder incrível. O Pedro jogou noutros palcos, mas é uma pessoa muito humilde, coisa que muitos que por lá andaram não têm. Admiro-os muito. Dão-nos sempre dicas para podermos melhorar o nosso rendimento. Tenho de aproveitar este tempo com eles para evoluir ainda mais», anotou.

**Melhorar a eficácia em frente à baliza**

**Extremo marcou três golos**

Cláudio surge muitas vezes na cara dos guarda-redes adversários, mas nem sempre acerta com a baliza. O jogador, que fez o gosto ao pé por três vezes, disse que esse é um aspecto a melhorar. «É verdade que podia ter mais golos, embora os que três que marquei fossem decisivos. No entanto, o mais importante é que a equipa ganhe, se eu não marcar e assistir fico na mesma contente», apontou.

«Não tenho a capacidade técnica de muitos colegas de equipa, mas sou veloz, tenho remate e cruzamento fácil», juntou o jogador.





## FC AMARES

## «A equipa está a crescer e tem jovens com qualidade»

Gonçalo Pereira chegou ao FC Amares em meados de Novembro

O mestrado em Gestão de Empresas e a entrada no mercado de trabalho fizeram com que Gonçalo Pereira repensasse a forma de estar no futebol. O jogador decidiu que chegou a hora de dar mais atenção à sua vida fora do desporto-rei, até porque a este nível ainda não existe estabilidade, nem sustentabilidade financeira, que permita aos jovens jogadores pensarem em fazer do futebol uma prioridade. «Este ano ainda não sabia se ia voltar a jogar, porque tinha terminado a minha licenciatura em Gestão de Empresas, ia iniciar o mestrado e estava à procura de entrar no mercado de trabalho. Por causa disso acabei por rejeitar algumas propostas de clubes do Campeonato de Portugal, porque eram de muito longe. Depois, também não me quis comprometer, gosto de cumprir e não queria deixar os clubes a meio da época caso arranjassem um estágio», explicou Gonçalo ao nosso jornal.

## Futuro deve passar pelos Distritais

«O futebol já me deu algumas coisas, mas também me retirou outras. É uma vida incerta, se surgir algo melhor logo se vê, mas o futuro deve passar pelos Distritais para conciliar o desporto com a vida profissional»

«Acabou por surgir o convite do FC Amares, a meio de Novembro, e como a minha vida estava mais ou menos orientada, e os responsáveis mostraram uma grande vontade em que eu viesse para aqui, decidi aceitar. Assim também tinha a possibilidade de continuar a praticar algo de que gosto muito. Confesso que já

sentia falta do futebol», juntou o médio, de 21 anos.

## Apoiem estes jovens

«Apelo aos amarenses para virem ver os nossos jogos e para que sintam orgulho nestes jovens e na sua evolução, Penso que apenas precisamos de uma vitória, mas é uma questão de tempo»

«Temos de ter noção que o FC Amares, apesar de ser um clube com uma grande história, está a passar um momento menos bom, e quando decidi entrar para a equipa sabia dessa realidade. O grupo é constituído por muitos jogadores jovens, alguns deles ainda juniores. Vim mais numa perspectiva de ajudar. Mesmo ainda sendo eu um jovem, quero tentar passar alguma da minha experiência para que estes jogadores se tornem melhores no futuro. A equipa tem crescido e vejo que tem jovens com muita qualidade», apontou.

Até ao momento, o FC Amares somou apenas um ponto no campeonato da Pró-Nacional e as contas da permanência estão muito complicadas. «É muito difícil conviver com tantas derrotas num plantel com esta inexperiência, mas quem viu o Amares há um mês e agora tem visto uma melhoria na qualidade de jogo e mesmo nos jogadores. Por isso, enquanto matematicamente for possível vamos acreditar, mas sabemos que vai ser muito difícil a manutenção. No entanto, temos consciência que estamos a trabalhar para o futuro do clube. Não podemos olhar para a tabela classificativa se quisermos melhorar, temos de estar mais focados em evoluir de jogo para jogo e dar sempre o melhor de nós», completou.



## «Confesso que esperava ficar no Vilaverdense»

É um produto da cantera do "Vila"



Gonçalo Pereira era uma das promessas da formação do Vilaverdense FC, onde fez todo o seu processo formativo, tendo-se estreado na equipa sénior com apenas 18 anos. No ano seguinte, o primeiro de sénior, participou em 18 jogos no Campeonato de Portugal.

«No primeiro ano do Lank ainda ponderei não ficar, mas depois demonstrei que tinha valor para fazer parte do plantel e ao longo da época fui fazendo alguns jogos e provei que tinha valor para fazer parte da equipa. Fiz uma época bem conseguida para o meu primeiro ano de sénior e confesso que esperava continuar, mas o clube decidiu trocar de treinador, que achou que o meu estilo de jogo não se encaixava nas suas ideias», contou o médio, que depois rumou aos Açores para representar o Operário de Lagoa.

«Foi uma experiência interessante, deu para perceber a realidade de um jogador profissional, que vive exclusivamente do futebol», indicou.

No ano seguinte, Gonçalo decidiu regressar ao continente para representar o Du-

miense e vestir a pele dos "Lobos de Dume", que tinham acabado de ascender aos Nacionais de futebol.

«Aqui o campeonato é mais competitivo, mais apoiado, com mais posse de bola do que na série dos Açores. Ao longo desse ano criei alguns hábitos diferentes e quando cheguei tentei readaptar-me. O início não foi fácil, mas depois quando fui dispensado era titular há três jornadas consecutivas. O clube também estava a passar por alguma turbulência interna, com a troca de treinador, e acabei por terminar a época no Forjães, que tinha acabado de descer aos Distritais», contou o jogador.

«Existem muitas diferenças na qualidade e na intensidade de jogo do Campeonato de Portugal para a Pró-Nacional, mas este é um bom campeonato para os jovens se mostrarem, com bons jogadores, que já passaram pelos Nacionais, que se sabem posicionar, ler os momentos do jogo, e têm muita raticidade – é isso que nos falta no nosso plantel. Parece-me um campeonato interessante», completou.



**RENDUFE FC**



**MARCO É O  
GUARDIÃO DO  
TEMPLO DO  
RENDUFE FC**

► ► *Guarda-redes é um dos totalistas na equipa de João Salgueiro*

**M**arco Alves chegou esta época ao Rendufe FC e depressa se assumiu como o número 1 na baliza. A desconfiança inicial, aliada ao desconforto pelo mau arranque no campeonato (seis derrotas consecutivas), não abalaram os ín-

dicies de confiança do jovem guarda-redes. «Cheguei um pouco receoso, ia jogar uma divisão acima, com novos colegas, estava inseguro, mas com o decorrer dos jogos fui ganhando a confiança do plantel e também de toda a estrutura», contou ao nosso jornal

Marco.

«Já tinha recebido algumas propostas para dar o salto para a Divisão de Honra, mas não estava a pensar em sair, pois gostava de subir com Os Ceramistas. No entanto, decidi sair da minha zona de conforto para

crescer e evoluir», juntou o guardião, que foi titular em todos os jogos do Rendufe FC. «Existem muitas diferenças entre este campeonato e a I Divisão. Até comentei com os meus ex-colegas que aqui o andamento é muito diferente, a intensidade e o ritmo de jogo são muito mais elevados», apontou.

**Reencontro com Salgueiro**

O mau arranque no campeonato levou a uma troca de treinador logo à terceira jornada. Gel substituiu Rui Ribeiro, os resultados ainda demoraram a surgir e, quando a equipa estava numa onda positiva, surgiu mais um contratempo, que levou à saída de Gel, por doença.

«A saída do “mister” Rui foi um pouco precoce, mas as coisas não estavam a correr bem, o ambiente estava pesado e se calhar o grupo precisava de uma mudança. O início do “mister” Gel também não correu bem, mas depois tivemos uma sequência de três vitórias consecutivas, o que nos deu um novo alento. Gostei muito de trabalhar com eles e agradeço a confiança que depositaram em mim», sublinhou.

A seguir, Marco voltou a encontrar João Salgueiro, treinador com quem trabalhou no Santa Maria. «Foi ele quem me chamou pela primeira vez aos seniores», recorda o guardião. «É um treinador muito exigente e posso dizer que foi a melhor coisa que nos aconteceu. Mudou muita coisa, mesmo na motivação», apontou.

À passagem da 16.ª jornada, o Rendufe FC ocupa o primeiro lugar acima da linha de água (12.º), com 15 pontos conquistados. «Não vou dizer que estamos a desiludir porque o nosso objectivo é a manutenção e estamos dentro desses parâmetros. No entanto, o lugar que ocupamos não define a qualidade do plantel. Precisávamos de duas ou três vitórias consecutivas para dar o salto, pois temos equipa para estar muito mais acima. Na segunda volta, acredito que vamos começar a escalar na tabela», proferiu.

**Melhorar o jogo com os pés**

*Oblak como referência*



Marco começou a jogar no Pousa, clube da sua terra de origem, passando, depois, pela formação do Avelada e do Santa Maria, clube onde se estreou como sénior na época de 2019/20. No entanto, nesse mesmo ano foi emprestado ao Pousa. No ano seguinte regressou à equipa de Galegos Santa Maria, mas seria nos Ceramistas que começaria a jogar com regularidade. «Ainda tenho muito para evoluir. Não é que seja mau, mas sinto que tenho de melhorar o jogo com os pés», confidenciou o jogador, que tem como referência entre os postes Oblak, guarda-redes do Atlético de Madrid. «Sempre foi o meu preferido, até usava o número dele na camisola», contou o guardião, de 21 anos. «Vim para o Rendufe para crescer e ganhar maturidade, pois sou um jogador ambicioso e quero subir degraus na minha carreira», apontou.

**«O Viatodos surpreendeu-me»**

*Adversários*

Numa breve análise aos adversários, Marco garante que está surpreendido com a campanha que o Pousa está a realizar, mas diz que a equipa que mais lhe encheu as medidas foi o Viatodos. «Gostei muito da equipa deles,

foi um dos jogos que perdemos sem espinhas», atirou, não esquecendo a campanha do líder. «O Marinhas, até ao momento, está acima das outras equipas, é o primeiro classificado com todo o mérito».





## GCDR LANHAS

# «Somos a melhor equipa da nossa série»

Márcio gostava de terminar a carreira com um título ao serviço do Lanhas

Márcio Vilela é um guarda-redes que dispensa apresentações. Aos 44 anos, continua a ser o dono da baliza do Lanhas, clube que representa há uma década, depois de ter brilhado com a camisola de vários emblemas da região nos campeonatos nacionais e distritais, onde somou alguns títulos e cinco subidas de divisão.

«A época está-me a correr bem, tenho jogado, apesar da forte concorrência dos meus colegas de baliza (André Barros e André Costa), que me obrigam a treinar sempre no máximo para merecer a confiança do treinador nos jogos», disse ao nosso jornal o guardião, que faz um balanço positivo da prestação na equipa na série A do campeonato da I Divisão da AF Braga.

«Temos apenas duas derrotas e estamos dentro das expectativas, que passam por andar nos primeiros lugares e depois, se possível, atacar a subida. Na minha opinião somos a melhor equipa da nossa série», afirmou o guarda-redes.

Márcio sublinhou ainda que a primeira volta tem sido um prolongamento

do bom percurso que a equipa teve na segunda fase do campeonato da temporada transacta. «No ano passado fizemos uma excelente segunda volta, onde apenas perdemos dois jogos, um deles frente ao campeão Tadim. Por isso, a equipa não está muito diferente do ano passado. O que podemos dizer é que com a chegada de alguns reforços a competitividade interna aumentou e ninguém pode adormecer», atirou.

O jogador apontou depois a agulha para a segunda volta do campeonato e para os principais rivais na luta pelo primeiro lugar, que neste momento é ocupado pelo Lanhas.

«Penso que os principais adversários vão ser o Granja e o Caldelas. O Carreira, apesar de ter baixado de rendimento, também é um adversário a ter em conta. O Pico está numa boa onda e a Lage poderá ter uma palavra a dizer. Mas isso vai depender como as equipas vão surgir na segunda volta depois desta paragem. Nós queremos melhorar e, se possível, não perder nenhum jogo», rematou.



## Guarda-redes soma cinco subidas

Quase todas aos Nacionais



Márcio Vilela somou, até ao momento, cinco subidas nos nove clubes que representou no futebol sénior. As subidas mais marcantes foram conseguidas ao serviço do Vilaverdense, único emblema que representou por duas vezes na sua carreira.

«Os momentos mais marcantes foram, sem dúvida, as cinco subidas. A primeira foi à III Nacional ao serviço do Águias da Graça (2000/01), com o "mister" Guilherme Oliveira. Depois, subi com GD Prado, também à III Nacional, sob o comando do Fernando Pires, e no Vilaverdense fo-

mos dos distritais até à II Nacional com o Nelito. Também subi à Pró-Nacional no Terras de Bouro, era o treinador o João Salgueiro. Mas também não posso esquecer os dois anos que passei no FC Amareos, onde conseguimos manter a equipa nos Nacionais, com o Francisco Nascimento», indicou.

Márcio sublinhou a que a sua longevidade nas balizas se deve à «paixão» que nutre pelo futebol, os amigos que o «prenderam» 10 anos no Lanhas e também ao facto de nunca ter tido nenhuma lesão muito grave ao longo da carreira.

## «Prometi à minha mulher que seria o último ano»

Terminar com mais um título

Márcio diz que prometeu à mulher que este seria o último ano que iria jogar. Por isso, o guarda-redes garante que gostaria de pendurar as luvas com mais uma subida. «Seria terminar em beleza com um título pelo clube que mais anos representei na minha carreira. Para além disso, todo o plantel gostaria de ganhar o campeonato pelo Marquinho (jogador que ainda está a recuperar da lesão que sofreu no jogo com o Aboim). Estamos todos imbuídos desse espírito», apontou.





**GD CALDELAS**



**«Temos de fazer uma segunda volta exemplar, não há margem para errar»**

**Falcão diz que o Caldelas não está na posição que devia e merecia**

Falcão é uma das vozes de comando do GD Caldelas. O jogador, o segundo com mais anos de casa, não se mostrou satisfeito com a actual classificação dos caldelenses na série A do campeonato da I Divisão da AF Braga. O sub-capitão diz que o 4.º lugar, a três pontos do líder Lanhas, que tem menos um jogo, não corresponde ao valor da equipa.

«Não estamos na posição que desejávamos nem que merecemos, sinceramente. Somos a melhor equipa, pelo menos aquela que melhor joga futebol, na minha opinião, claro», começou por referir Falcão, na entrevista ao nosso jornal.

«Em alguns jogos tivemos alguma displicência e também falta de compromisso, tenho de o dizer. Depois, apesar de dominarmos os adversários, falhamos muitos golos. Por exemplo, com a Lage, com mais dois jogadores em campo, não ganhámos. Noutros jogos também foi falta de sor-

te. Tudo junto leva a que não estejamos no lugar pretendido», explicou o jogador, acrescentando que «ainda faltam muitos jogos» e que as contas «apenas se fazem no fim».

«Ainda podem surgir algumas surpresas. Há uma série de equipas posicionadas para a atacar a subida. O Lanhas, Granja, Ceramistas, Carreira, a Lage e, claro, nós. Mas a equipa que mais gostei de ver jogar foi o Granja. Nós temos de fazer uma segunda volta muito melhor, sem erros, não há margem para isso», apontou.

**«Falta bairrismo ao Caldelas»**

Falcão diz que o problema do GD Caldelas tem a ver com a massa humana, ou a falta dela, para ajudar o clube e também no apoio à equipa durante os jogos. «O Caldelas tem condições para se fixar na Honra, como já o provou. É um clube que não falha com nada aos jogadores, cumpridor. Agora, é preciso, essencialmente, massa humana. São sempre as mesmas duas ou três pessoas a carregar com tudo às costas. E mesmo nos jogos não temos muitos adeptos a apoiar a equipa. Falta bairrismo ao Caldelas», lamentou.

**«Porque havia de mudar, se estou bem aqui?»**

**Está há mais de uma década no Caldelas**

Falcão apenas conheceu dois clubes ao longo da carreira: o GD Caldelas e o Estrelas de Figueiredo. No entanto, é pelo Caldelas que o coração bate mais forte. «Olhe, sinceramente, até já perdi a conta. Penso que já estou cá há 13 ou 14 anos. Cheguei para os juniores e apenas saí dois anos e meio para o Estrelas de Figueiredo. O Caldelas é a minha segunda casa há muitos anos», indicou o jogador.

«Tive alguns convites para sair, mas sinto-me bem aqui, sou bem tratado, gos-

tei das pessoas e fui-me afeiçoando ao clube. Porque havia de mudar, se estou bem aqui?», sustentou.

«Os melhores momentos são sempre as subidas, acho que foram três, mas também descí algumas vezes. Mas quando decidir terminar de jogar vão ficar muitas mais recordações que não apenas as desportivas. São muitos anos ligado ao mesmo clube e acabamos por criar laços muito fortes», concluiu o jogador.



**«Há equipas que não deviam jogar nesta divisão»**

**Falcão diz que a AF Braga devia «acabar com os pelados»**

Falcão não compreende como é que a AF Braga permitiu que o Cabaços, clube da AF Viana do Castelo, participasse no campeonato. O jogador diz mesmo que há equipas que não têm condições para entrar no campeonato e que a Associação deveria acabar com os pelados.

«O Caldelas esteve alguns anos na Honra e, sinceramente, não acompanhei bem este campeonato, por isso não posso fazer uma comparação em relação aos outros anos.

O que eu acho é que muitas equipas não deviam estar a jogar nesta competição, por falta de condições, que até acabam por os prejudicar. Não entendo, por exemplo, como é que o Cabaços está a jogar no nosso campeonato. Em Viana as equipas que não tiveram sintético não podem participar no campeonato, aqui devia acontecer o mesmo, até para proteger os clubes. Pelo que sei, o Cabanelas quando chove muito não pode treinar. A AF Braga não devia permitir pelados», atirou.



## AD LAGE

# «PROMETEMOS APENAS ANDAR NO MEIO DOS TUBARÕES»



► ► AD Lage quer manter-se nos lugares cimeiros do campeonato

O Presidente da AD Lage, Luís Correia, mostrou-se satisfeito com o rendimento da equipa na primeira volta do campeonato, em que conquistou 23 pontos, o que lhe permite olhar para a segunda etapa da prova com ambição de chegar a um lugar de subida.

«Quem me conhece sabe que não acordo de manhã para perder. Gosto de andar lá em cima. No ano passado, na Inatel, ninguém esperava nada de nós e só não fomos campeões porque não nos deixaram. Começámos a preparar a época cedo, com alguns estrangeiros. Tínhamos oito jogadores que não podiam ser inscritos, e aí

assumo o erro, devido à minha inexperiência, fomos eliminados da Taça. Isso mexeu um pouco com a equipa», explicou Luís Correia.

«Não menosprezando ninguém, mas olhando para as equipas com as quais perdemos e da forma como perdemos, esperava estar mais lá em cima. Mas quem tem de assumir é o Lanhas e o Caldelas e as outras equipas que vão na frente. Pelas entrevistas que vou lendo eles já ganharam o campeonato. Nós prometemos apenas andar no meio dos tubarões», juntou o Presidente da AD Lage.

Luís Correia deixou algumas críticas às

nomeações do Conselho de Arbitragem da AF Braga. «Como é possível, e não vou mencionar o nome, sermos apitados por árbitros da terra do mesmo clube que íamos defrontar, e que foram de férias com alguns jogadores dessa equipa. Tenho visto golos marcados com a mão a serem validados, entre outras coisas, que mesmo sendo na última divisão não devia acontecer. Devia haver mais seriedade por parte das equipas de arbitragem e de quem as dirige», apontou.

«Divirto-me imenso»

O Presidente da AD Lage deixou tam-

bém alguns recados aos adversários. «Divirto-me muito a ler as entrevistas dos outros clubes. Nós, a jogar com nove em Caldelas, desde os 20 minutos, empatámos (0-0), mas quem assistiu ao jogo viu que não ganhámos por falta de eficácia e eles vieram dizer que podiam ter dado quatro ou cinco. Enfim. Depois, para se ser treinador de uma equipa, primeiro tem de se ser um bom condutor de homens. Já ouvi treinadores com insultos racistas para os nossos jogadores, isso é triste. Que sejam humildes, pois se fossem bons estavam a treinar na I Liga», atirou

## «A Junta não nos ajuda»

Equipa joga em Navarra



No ano do regresso aos campeonatos federados, a AD Lage está a realizar os jogos, como visitado, no campo Albino Duarte Pinheiro, em Navarra. Luís Correia lamenta que a Direção ande a correr sozinha, «sem ajudas de quase ninguém». «Ninguém nos dá nada. Somos nós que temos de comprar tudo. Pagamos o aluguer do campo, comprámos duas carrinhas e apenas temos o subsídio camarário, como os outros clubes. A Junta de Freguesia não nos ajuda. Naturalmente temos a contribuição dos nossos patrocinadores, que têm sido impecáveis e aos quais desde já agradeço publicamente», anotou.

## «Não regressei para andar apenas no meio da tabela»

Roger Ferreira de regresso ao comando técnico da Lage

Depois de um breve regresso aos relevados com a camisola do Merelim São Paio, Roger Ferreira decidiu voltar a vestir a pele de treinador no clube onde se estreou nessas funções na época passada. «Comecei a minha carreira neste clube, mas na época passada senti-me na obrigação de ajudar o Merelim São Paio. No entanto, as lesões não me deixaram continuar a jogar e então, como o Presidente já andava há algum tempo pedir para eu regressar, decidi voltar. Também não o ia deixar sozinho num projecto que eu ajudei a construir», disse ao nosso jornal o treinador.

«Quando cheguei, a equipa não estava muito unida, senti um grupo triste, dividido e ferido. A minha primeira preocupação foi fazer-lhes ver que apenas um plantel saudável podia alcançar o sucesso, mas que para isso era preciso muito trabalho, sacrifício, atitude e compromisso. Para mim são premissas essenciais, quem não as cumprir pode ir embora», apontou.

«Traçámos uma meta interna, que não vou divulgar. Mas não regressei para andar apenas no meio da tabela. Se me perguntar se quero ser campeão? Claro que sim. Se vou andar lá em cima? Vou. Depois, no fim fazemos as contas», atirou Roger Ferreira, que tem como adjunto

João Rodrigues.

«Penso que podemos recuperar os pontos para a liderança. No primeiro jogo com o Lanhas ganhámos 0-1, mas podiam ter sido três ou quatro, tantas foram

as oportunidades que criámos. Em alguns jogos estamos a pagar a factura de sermos uma equipa nova, mas estamos vivos e bem vivos», rematou o técnico da AD Lage.



Luís Correia (meio) com Roger Ferreira, direita, e João Rodrigues



## TERRAS DE BOURO

Depois de uma saída conturbada do FC Amares, Bruno Carvalho chegou, em Dezembro, ao Terras de Bouro, clube com o qual se tinha comprometido no início da época e que o libertou para jogar no emblema azul e branco. O médio confidenciou ao nosso jornal que teve mais propostas, mas que a consciência acabou por o levar de novo até aos terrabourenses.

«É verdade que havia outras propostas, mas a parte sentimental acabou por pesar. Eles (Terras de Bouro) ajudaram-nos e então senti que devia ir ajudar o clube. Também gostei da abordagem do Presidente (Miguel Rodrigues). No entanto, uma das questões que coloquei logo foi que se o balneário não estivesse de acordo não ia e compreendia perfeitamente», explicou Carvalho.

«Estou a gostar, o ambiente é bom, as condições também, o grupo tem jogadores mais experientes, como o Bruno Dias e o Martinho, e depois também alguma juventude. Não nego que quando me convidaram para regressar estava com um pé atrás, pois não sabia qual iria ser a reacção do balneário, mas fomos muito bem recebidos, acolheram-nos de braços abertos», juntou o jogador, de 25 anos.

Bruno Carvalho sublinhou ainda que foi preciso uma readaptação ao futebol praticado na divisão mais baixa do futebol distrital da AF Braga. «A experiência na Pró-Nacional foi muito boa. Independentemente dos resultados, aprendemos muito, deu para crescer, o ritmo e a intensidade são completamente diferentes. Há mais espaço para teres bola, os campos são melhores, as equipas são mais tácticas, com jogadores de outro nível, muitos deles podiam mesmo jogar noutros patamares. Por isso, os primeiros jogos foram um pouco estranhos, mas depois começas a habituar-te àquele ritmo competitivo», anotou.

Quanto aos objectivos desportivos, o jogador admite que é quase impossível recuperar os mais de 20 pontos de atraso



«**QUEREMOS SER OS CAMPEÕES DA SEGUNDA VOLTA**»

► ► Bruno Carvalho quer ajudar o Terras de Bouro a escalar na tabela

para os dois primeiros classificados, Maximinense e Este FC, por esta ordem. No entanto, diz que o Terras de Bouro tem que ser o «campeão da segunda volta» na série B do campeonato da I Divisão da AF Braga.

«Vamos ver se fazemos uma segunda

parte da época excelente, queremos ser os campeões da segunda volta, esse é objectivo. Com esta equipa não podemos andar em 7.º lugar. O ideal seria ficar no top 3 ou 4. Vamos ver se é possível. Matematicamente ainda é possível chegar aos lugares de subida, mas sabemos que

será praticamente impossível recuperar tantos pontos, até porque nesta série há um desnível muito grande entre as equipas que estão no topo e as outras. Por isso, não acredito que o Maximinense e Este FC percam muitos pontos», concluiu.

## «Nenhum clube está acima dos meus valores»

Médio explicou saída do FC Amares



Quando questionado sobre a saída do FC Amares, embora tenha abordado o assunto apenas pela rama, Bruno Carvalho não escondeu que saiu «magoado» do clube que o viu crescer para o futebol

«Saí magoado porque é um clube que sinto muito e era capitão, mas não queria estar a tocar nesse assunto. No entanto, gostava de deixar ficar claro também que nenhum clube está acima dos seus valores. Também tenho valores que prezo muito e foi isso que me levou à saída do FC Amares e não quero entrar em mais detalhes, não vale a pena», disse o jogador, garantindo que mantém o apoio ao emblema do Concelho de onde é natural.

«Quero que fique claro que continuo a gostar do clube, não confundo as pessoas com a instituição. As pessoas passam e o clube fica. Por isso, nunca fecho as portas ao FC Amares e estarei sempre pronto para ajudar. Agora, não pactuei com algumas coisas que estavam a acontecer», sustentou o jogador, rematando:

«Há um ponto que marca muito a época do FC Amares, e acho que não ofendo ninguém, que foi a saída do Vitiinho, que culminou também com a saída dos directores, Márcio e o Luís, que são dois senhores. Depois, a bola de neve foi crescendo até a saída de muitos jogadores», lamentou.

Recorde-se que com Bruno Carvalho deixaram igualmente o FC Amares Diogo, Nelson, Duarte, Ricardo Costa e Brandão, que também assinaram pelo Terras de Bouro.



**PICO DE REGALADOS****«No mínimo queremos ficar no 5.º lugar»****Alfredo Pimenta acredita que a equipa vai dar uma boa resposta à derrota com o Aboim**

O Pico de Regalados viu interrompido um ciclo positivo de seis vitórias consecutivas ao perder, em casa, com o Aboim (3-4), em jogo que marcou o início da segunda volta no campeonato da série A da I Divisão da AF Braga.

«Foi um bom jogo de futebol e tenho de dar os parabéns ao Aboim, que foi um justo vencedor. Da nossa parte houve excesso de confiança pela série de resultado positivos que tínhamos feito até ao momento, mas acho que não vai ter nenhuma influência negativa para o que falta jogar no campeonato», disse Alfredo Pimenta.

O treinador do Pico de Regalados faz um balanço positivo da primeira volta do campeonato, que culminou com um sexto lugar, mas com os mesmos 23 pontos, que a AD Lage, quinta classificada.

«A primeira volta teve bons e maus momentos. Depois de uma fase irregular conseguimos recuperar alguns pontos que não estávamos a contar perder. Mas acaba por ser uma primeira volta positiva porque tínhamos como objectivo ficar entre os cinco primeiros lugares e estamos a apenas três pontos. Agora, não posso negar que algumas derrotas deixaram marcas», apontou.

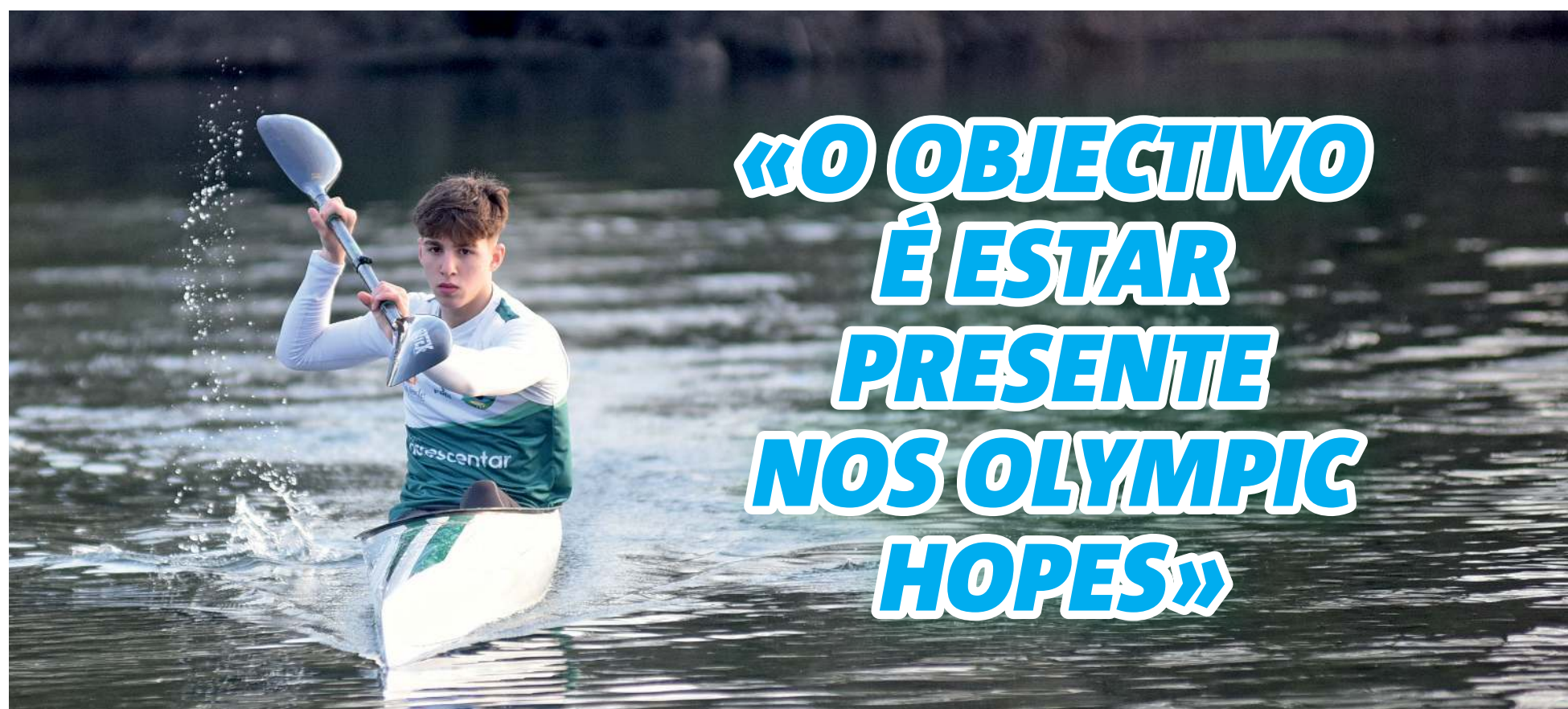
Alfredo Pimenta acredita que a equipa vai dar uma resposta ainda mais positiva na se-

gunda etapa da prova para ficar na parte de cima da tabela classificativa.

«Acredito que vamos ter uma segunda volta mais competente. Acredito que mais duas ou três jornadas e o campeonato vai acabar por se partir e os meus jogadores querem muito ficar na parte de cima da tabela, e o mínimo é o 5.º lugar. Fomos melhorando, pois também tínhamos alguns reforços que não estavam bem integrados e alguns eram muito jovens», indicou, destacando a importância de dar traquejo aos jogadores mais novos.

«Continuo a dizer que a maior vitória do Pico é aproveitar todos os anos miúdos formados nos outros clubes que acreditam no nosso projecto. E temos o exemplo do Lomba, que está a jogar no FC Amares, no maior escalão da AF Braga. Nós gostamos de ganhar, mas também gostamos de ajudar os jovens», acrescentou.

Numa breve análise ao campeonato, Alfredo Pimenta diz que o Lanhas é um justo primeiro classificado, mas que não pode estar sossegado. «Terminada que está a primeira volta, penso que o Lanhas merece estar no primeiro lugar. Depois temos uma série de equipas bem posicionadas para lhe “roubarm” esse posto, mas continuo a achar que o Lanhas é o mais sério candidato ao título», afirmou.

**CN PRADO**▶▶ **Nuno Barros é uma das promessas do CN Prado**

Nuno Barros é uma das promessas do CN Prado. O canoísta chegou ao clube há sete anos e tem vindo a evoluir na modalidade sob as ordens do treinador José Ramalho.

«Já conquistei alguns títulos, mas ainda tenho espaço em casa para muitas mais medalhas», brincou o atleta, de apenas 15 anos,

que este ano quer lutar pelo título no escalão de cadetes na distância de fundo. «Estou a trabalhar com esse objectivo, mas sei que não vai ser fácil, pois a concorrência é muito forte», indicou Nuno Barros, que tem como grande finalidade este ano chegar aos Olympic Hopes.

«Posso dizer que essa é a minha prioridade

para este ano, pois quero muito ser internacional pela nossa Selecção, que ainda não tive o prazer de representar», disse.

Para o conseguir, Nuno Barros trabalha durante duas horas, seis dias por semana, entre a água do Rio Cávado e o ginásio. «O que me tem prendido aqui é o facto de gostar muito da canoagem e também das pes-

soas que fazem parte do clube. Temos boas condições para trabalhar e somos muito bem acompanhados pelos treinadores, no meu caso tenho o privilégio de aprender e evoluir com o José Ramalho, um dos maiores maratonistas do Mundo. Tenho de aproveitar este tempo com ele para evoluir e chegar longe na canoagem», rematou.



## MJ PÓVOA

# «Tentar jogar um futebol atractivo e honrar o símbolo do clube»

MJ Póvoa quer afirmar-se no campeonato da I Divisão da AF Braga



A saída inesperada de Filipe Lopes do comando técnico da equipa, por motivos profissionais, levou a Direcção do Movimento Juventude (MJ) da Póvoa a apostar no jovem treinador Mário Martins. «Esta é a nossa primeira experiência numa equipa sénior, depois de algumas passagens pela formação, embora estivesse algum tempo afastado devido a razões profissionais. Como o “bichinho” também já estava a começar a sentir-se decidi aceitar este desafio», contou ao nosso jornal Mário Martins.

«Encontrei duas situações um pouco distintas: um espírito de equipa e um bal-

neário muito unido e ao mesmo tempo uma equipa fisicamente quebrada, também devido à paragem provocada pela quadra natalícia. Isso reflectiu-se um pouco nos primeiros dois jogos que fizemos. Agora está a vir um pouco ao de cima a intensidade que estamos a aplicar nos treinos e a equipa está mais solta. Mas gostava de salientar o bom ambiente que encontrámos no clube», acrescentou o treinador.

Depois de uma entrada em falso, com duas derrotas, a nova equipa técnica do MJ Póvoa ganhou no reduto do GD Gerês, antes da paragem do campeonato

para a realização de mais uma eliminatória da Taça AF Braga.

«Nos dois primeiros jogos notou-se uma evolução da equipa em todos os aspectos e foi importante conseguir uma vitória antes da paragem para a Taça, pois trabalhar sobre vitórias é sempre mais moralizador e mais fácil», apontou Mário Martins, que promete uma equipa ambiciosa na segunda volta da prova. «Aquilo que podem contar do MJ Póvoa é uma equipa que vai entrar em todos os jogos para ganhar. Tentar jogar um futebol atractivo e, acima de tudo, uma equipa que vai honrar o símbolo do clube», atirou.

**Acima do meio da tabela**

O MJ Póvoa ocupa o 6.º lugar, com 18 conquistados, à passagem da 13.ª jornada do campeonato da I Divisão, série B. Mário Martins confidenciou ao nosso jornal que a Direcção do clube não lhe exigiu «nenhuma classificação específica». «O que nos pediu foi dignidade e melhorar a classificação dentro do possível. Estamos na primeira metade da tabela e o nosso objectivo é tentar subir mais um pouco. Não queremos ter mais equipas à nossa frente do que aquelas que estavam quando cá chegámos», anotou.

## «Desequilíbrio é apenas pontual»



Treinador Mário Martins, esquerda, com o adjunto Hugo Fernandes

Maximinense e Este FC estão destacados no topo de classificação, com uma distância substancial para o resto da concorrência. No entanto, o treinador do MJ Póvoa sublinha que esse desnível é mais pontual do competitivo.

«É verdade que existe um desequilíbrio a nível pontual, não direi tanto a nível competitivo, mas sim a nível pontual, entre as duas equipas para as outras e quando se vê a classificação pensa-se que essas duas equipas são muito superiores», apontou.

No entanto, Mário Martins admite que se o Maximinense e o Este FC mantiveram a mesma dinâmica da primeira volta vai ser «difícil pará-los». «Ainda não os vi jogar, embora conheça os seus jogadores e treinadores, mas são duas equipas que não têm cedido muitos pontos e se conseguirem manter essa dinâmica na segunda volta vai ser muito difícil pará-los. Depois, penso que há uma série de equipas que têm mais para dar. Vai ser uma segunda volta muito competitiva, com bons jogos», concluiu o treinador, de 38 anos.

## «Ajudar o clube a crescer e mudar mentalidades»

Tita e Peixoto estão de regresso ao futebol

Tita e Peixoto são dois jogadores bem conhecido no mundo da bola distrital. Afastados do futebol há alguns anos, decidiram aceitar o repeto da Direcção do Movimento Juventude da Póvoa para voltarem aos relvados. «O que me levou a regressar foi o partilhar o balneário com o meu irmão, coisa que nunca tinha acontecido na minha carreira, e também o facto de ser o clube da terra», começou por dizer ao nosso jornal Tita.

«A ideia também passa por mudar a mentalidade das pessoas que estavam afastadas do clube e agora já começam a regressar aos jogos. Foi por isso que eu, o Peixoto e o meu irmão, que também já não jogava, tentamos fazer um bom grupo para tentar dar uma outra imagem do que é o MJ Póvoa», juntou o jogador de 38 anos.

«Somos um clube humilde, que não tem grandes apoios e que vive à custa da sede e da ajuda de algumas pessoas, mas queremos deixar ser apelidados como os “bombos da festa” pelos outros clubes. Penso que nesta altura essa ideia já está afastada, até pe-

los resultados que temos conseguido. Estamos em sexto e ainda podemos melhorar esse lugar na segunda volta», concluiu.

Após sete anos sem pisar oficialmente os relvados, Peixoto voltou a sentir o cheiro da relva, o fre-sim do balneário e adrenalina que existe sempre antes de se iniciar cada jogo. «Foi neste campo que comecei a dar os primeiros pontapés na bola, ainda era de terra, e lembro-me muito bem de andar a

cortar a relva nas laterais para podermos jogar», recordou o jogador, que regressou para ajudar o clube da sua terra de origem. «Estamos a tentar mudar um pouco o paradigma. No ano passado, o clube tinha quatro pontos e este ano temos 18, por aqui já se vê a diferença. A ideia é ficar o melhor classificado possível, mas se pudermos encostar ao terceiro ou quarto era muito bom», finalizou o jogador, de 42 anos.



Tita e Peixoto



## ADC OS REGADINHAS DE FREIRIZ

## «SOMOS O VIVEIRO DO FUTEBOL FEMININO»



▶ ▶ ADC Os Regadinhas de Freiriz já movimenta perto de meia centena de atletas

O projecto do futebol feminino de Os Regadinhas de Freiriz nasceu, há oito anos, com meia dúzia de jogadoras com muita vontade de aprender. Hoje em dia, envolve mais de 40 atletas nos escalões de formação (sub-13, 15 e 17), com a ideia de um dia avançar para uma equipa de futebol 11. Mas

neste clube as coisas não acontecem por acaso, há um trabalho enorme a alicerçar todo este planeamento que já resultou na conquista de dois títulos distritais, embora esse nunca tenha sido o propósito que norteou quem comanda este grupo de jogadoras.

«Podemos dizer que tem sido um pro-

cesso ascendente e positivo. Ao longo destes anos perdemos algumas jogadoras, vieram outras, somos um clube muito procurado e quando isso acontece só nos pode encher de orgulho. Aqui o intuito é formar, formar e formar para ganhar», disse ao nosso jornal Alberto Pedrosa, que juntamente com Mathilde

Andrade, Kevin Andrade e Paulo Oliveira constitui o grupo de treinadores do futebol feminino de Os Regadinhas de Freiriz.

«As meninas são diferentes dos rapazes, têm mais ambição, mais vontade de lutar. Aparecem miúdas com muito talento, outras com menos, mas com uma

## «É um orgulho vê-las evoluir para outros patamares»

Kevin Andrade, treinador das sub-13 e sub-15

Kevin Andrade trabalha mais de perto com o escalão de sub-13 e a segunda equipa de sub-15. «Nestas idades temos de ter mais paciência, pois muitas delas estão a ter o primeiro contacto com o futebol, mas com o tempo e muito trabalho tudo se consegue», disse o treinador ao nosso jornal.

«Todos os anos entram atletas novas, somos um clube muito procurado, podemos dizer que somos uma referência no futebol feminino», anotou Kevin, que trabalha no Freiriz há seis anos.

«As miúdas têm evoluído muito e gostam mais de futebol do que eu. Podem chegar longe. É um orgulho quando vemos que saem para clubes de outra dimensão onde podem realmente prosseguir uma carreira profissional. Isso é o que todo o treinador que trabalha na formação deseja para as suas atletas», concluiu.



## «Podemos revalidar o título»

Soraia (sub-17)

Soraia entrou para o futebol pelas mãos do coordenador Paulo Novais, que acabou por convencer os pais da atleta que estava ali um diamante por lapidar. «Sempre gostei de futebol, mas os meus pais não queriam que eu jogasse. No entanto, o nosso coordenador via-me jogar em casa e convenceu os meus pais», contou a média criativa.

«Já tenho um título de sub-13 e outro nas sub-17, conquistado na época passada. Este ano, estamos a trabalhar para o revalidar, mas sabemos que não vai ser fácil, pois temos muitos adversários fortes. Para já está a correr, estamos bem posicionadas para atacar o título», sublinhou.





# O NA REGIÃO»



**Alberto Pedrosa (direita) com Kevin Andrade, Mathilde Andrade e Paulo Oliveira**

vontade enorme de aprender. Juntando as duas coisas conseguimos fazer equipas competitivas. Temos vindo sempre numa evolução positiva», apontou o treinador.

«Se é possível revalidar o título? Possível é, mas sabemos que é sempre mais difícil mantermo-nos no topo do que

chegar lá. Felizmente, temos conseguido. Aqui não prometemos títulos, mas sim trabalho. No entanto, não negamos que temos a ambição de revalidar o título nas sub-17», juntou Alberto Pedrosa, que todos os anos recebe novas jogadoras.

«Já vimos sair algumas atletas para o SC Braga, Vilaverdense e Gil Vicente,

mas umas saem e outras entram com a mesma vontade de aprender e evoluir para depois darem também o salto. Podemos dizer que somos um viveiro do futebol feminino da região», apontou.

Alberto Pedrosa faz também uma avaliação positiva da evolução dos campeonatos da AF Braga. «Há mais equipas,

mais competitivas, nos sub-17 temos uma equipa nova, o Feirense, o Forjães que está a evoluir muito, o Fintas, Tadim e a Ribeira do Neiva que é o nosso rival, pelos menos das jogadoras, que se conhecem da escola. Posso dizer que está muito melhor do que há uns anos», concluiu.

## «Manter o foco nos treinos e jogos»

**Mikas (sub-15)**

Ariana, ou Mikas, como é carinhosamente tratada pelas colegas, já leva oito anos de Os Regadinhas numa aventura que começou no Desporto Escolar e acabou por desaguar no futebol federado. Actualmente, compete pela equipa de sub-15 e também faz uma “perninha” no escalão superior para ajudar as sub-17. «Sinto-me bem fisicamente, posso bem jogar nas duas equipas», confidenciou a lateral, que pretende ajudar a equipa a revalidar o título. «Penso que temos muitas hipóteses de ser campeãs, no entanto é necessário manter o foco nos treinos e jogos e trabalhar muito, pois temos adversários com muito valor e com os mesmos objectivos que a nossa equipa», disse a jogadora, natural da Freguesia da Lage, em Vila Verde.



## «Tenho evoluído muito aqui»

**Mariana (sub-13)**

Mariana, 12 anos, oito deles ligados ao futebol e ao clube do seu coração. A jogadora sente-se feliz em Freiriz e quer continuar a evoluir até atingir um patamar que lhe permita concretizar alguns dos seus sonhos. «Gostava muito de ser uma jogadora profissional e de representar a nossa Seleção, vamos ver se consigo, pelo menos vou tentar», sustentou a jovem atleta do Freiriz que de ano para ano se sente mais jogadora. «Tenho aprendido muito com os nossos treinadores e penso que até ao fim do campeonato esta equipa ainda vai evoluir muito e conquistar mais vitórias», rematou.





## AMARES VOLEI

O professor José Carlos continua a alimentar o Amares Volei com a transmissão dos seus conhecimentos às gerações mais jovens. O treinador, que está ligado ao nascimento e crescimento da modalidade em Amares, acumula as funções de treinador da equipa feminina com o comando dos juniores e juvenis. No entanto, conta com a «preciosa colaboração» dos treinadores estagiários, Rita e Diogo Oliveira, que estão a dar os primeiros passos nestas funções (ver caixa).

«Sem eles, não conseguiria fazer todo este trabalho nas três equipas. São jovens com muita vontade de aprender e que gostam muito de voleibol. Temos de começar a lançar as sementes para que alguém nos suceda», começou por dizer o treinador, que fez um balanço positivo da campanha da equipa de juniores na primeira fase do campeonato.

«Este ano a prestação dos juniores está a decorrer dentro do previsto, é um plantel muito curto, que é completado com atletas do escalão de juvenis e por vezes também de cadetes», apontou.

«Sabemos que as equipas da região do Porto são muito fortes, mas temos equilibrado os jogos», juntou o treinador, que já começa a olhar para a fase nacional, onde a meta passa por tentar superar o 5.º lugar obtido na época passada. «É um pouco difícil, mas estamos a trabalhar para isso. Vamos ver como corre. Os jogadores estão muito focados e com ambição de fazer uma boa campanha, até porque já somos uma equipa respeitada pelos nossos adversários», juntou o treinador.

José Carlos avaliou também de forma positiva a campanha dos juvenis, que estão a um pequeno passo de se qualificarem para a fase nacional. «Falta-nos vencer um jogo, mas até pode nem ser preciso. O nosso objectivo é marcar sempre presença nas fases nacionais, depois tudo o que vier será bom. Com isto não quero dizer que vamos “passear” para as fases nacionais. Queremos ser competitivos e deixar a nossa marca», anotou o técnico, que um dia gostava de ver uma destas equipas a lutar pelo título nacional. Porém, de momento, diz que isso ainda é muito difícil.



# JUNIORES E JUVENIS SURPREENDER NA FASE

► ► Amares Volei continua a apostar na formação

«Somos de um meio pequeno, temos apenas dois atletas de fora, não é como as equipas do Porto, que têm uma base de recrutamento muito maior para formar boas equipas. Mas temos alguns atletas no escalão de cadetes com muita qualidade e que poderão, juntamente com a equipa campeã de iniciados, construir um grupo interessante», adiantou.

José Carlos sublinhou ainda as duas equipas funcionam como um plantel só, com os jogadores a rodarem entre elas. «Basicamente somos apenas um grupo, distribuído pelas duas equipas. Isso só traz vantagens, pois um atleta de cadetes evolui muito mais a jogar num patamar superior e com os juvenis acontece a mesma coisa», indicou.

«Sem os pais seria difícil sobreviver» José Carlos é um profundo conhecedor do projecto do voleibol em Amares, tendo integrado várias equipas e já há alguns anos que tenta transmitir aos mais jovens aquilo que aprendeu. O treinador diz que a modalidade continua a crescer na base. «Nós estamos a crescer muito, temos cada vez mais miúdos nas nossas equipas e no-

### «Podemos surpreender»

Gonçalo (juniores)

Gonçalo entrou para o voleibol pelas mãos do professor Nuno Reininho. «Entrei para o vólei no 7.º ano, como quase todos. O professor Reininho foi a uma aula perguntar quem queria ir experimentar e eu mais um colega fomos a um treino. Ganhámos o gosto e fomos ficando. Entretanto ele saiu e eu ainda cá estou», expôs o capitão da equipa de juniores do Amares Vólei.

«Temos algumas derrotas, mas o campeonato está a correr dentro do esperado, com a qualificação para a fase nacional. Agora vamos tentar surpreender e tentar chegar o mais longe possível. Temos muitas hipóteses de surpreender», asseverou Gonçalo.







# S QUEREM SE NACIONAL

ta-se uma grande evolução. Agora isto demora o seu tempo, estamos a trabalhar a base para no futuro alimentar a equipa sénior. Gostávamos que daqui a uns anos a equipa fosse formada apenas pelos atletas da nossa formação, como já aconteceu no passado», sustentou.

O treinador lamenta apenas que os apoios continuem a ser poucos. «A reali-

dade do Amares Vólei continua a ser sustentada na ajuda dos pais, sem eles penso que seria difícil o projecto sobreviver. A Câmara ajuda no que pode, não sei se podia fazer algo mais. Para além de recursos humanos precisávamos de mais um pavilhão para termos mais atletas a competir, o que iria aumentar a nossa qualidade», concluiu.

## Rita e Diogo são o braço direito de José Carlos

Jovens estão a iniciar a carreira de treinadores



José Carlos, ao meio, com Rita e Diogo Oliveira

Rita e Diogo Oliveira são dois jovens amarenses que têm em comum o gosto pelo voleibol e estão a dar os primeiros passos numa futura carreira de treinadores. «Joguei no Desporto Escolar e no Amares Vólei durante muitos anos. Agora, estou a estagiar com o professor José Carlos para obter o título de treinadora», disse ao nosso jornal Rita Oliveira, de apenas 22 anos.

«Está a ser uma experiência enriquecedora, o grupo também é bom e ajudam muito», juntou a treinadora, que gostava de voltar a praticar a modalidade. «A minha ideia é continuar no mundo do voleibol, se puder voltar a jogar ainda melhor», concluiu.

Diogo Oliveira, 21 anos, é outro apoio do professor José Carlos no comando

técnico da equipa de juniores e juvenis. «Joguei algum tempo no Desporto Escolar e depois transitei para o Amares Vólei e estou a jogar na equipa sénior», contou Diogo.

«Sempre tive espírito de liderança, sou capitão e sempre gostei de comandar», acrescentou o atleta, que agora vai transmitir o que tem aprendido aos mais jovens. «Trabalhar com uma pessoa com a experiência do professor Zé Carlos é muito gratificante e vai-nos permitir adquirir muitos conhecimentos sobre a modalidade», anotou o jovem treinador.

«Os miúdos têm qualidade, em alguns jogos tremeram um pouco, mas é normal. Acho que vamos fazer uma boa fase nacional nas duas equipas», completou.

### «Está no ADN da família»

Guilherme (juvenis)

Guilherme, ou Gui como é conhecido, tem uma ligação forte ao voleibol através dos laços familiares. «O voleibol está no ADN da minha família, quase todos jogaram. Acompanhei sempre o percurso da minha irmã, que jogou em vários clubes e comecei a ganhar gosto pela modalidade. Já faz parte da nossa vida», confidenciou o capitão da equipa de juvenis. «Somos uma equipa responsável, unida e não precisamos de um líder», juntou Guilherme, que faz um balanço positivo da prestação da equipa. «O campeonato está a correr bem, temos potencial, embora em alguns jogos vamos abaixo, mas levantamo-nos depressa. Se nos esforçamos e treinarmos sempre focados conseguimos bons resultados», disse o jogador, que gostava de chegar à Selecção Nacional e jogar no estrangeiro.





## CD LAGO - INICIADOS



«SERIA O CULMINAR DE UM TRABALHO DE CINCO ANOS E A CEREJA NO TOPO DO BOLO»

► ► CD Lago bem posicionado para conquistar títulos no escalão de iniciados

A equipa de iniciados do CD Lago está na luta pela conquista de dois títulos distritais. A equipa comandada por Armando Pereira lidera o campeonato de futebol 9, sem derrotas, e está no terceiro lugar no campeonato de futebol 11, da II Divisão, série C. O

treinador acredita que se não existirem factores externos as duas equipas podem chegar ao tão desejado título, que seria um feito inédito nos 42 anos de história do clube lagoense, liderado por António Pinheiro.

«Os iniciados são a equipa que acom-

panho há mais anos, até porque joga lá o meu filho. Esta época inscrevemos 27 jogadores e então decidimos formar uma equipa de futebol 9 para que os atletas pudessem competir todos, se não ao domingo muitos iam ficar de fora e aqui queremos que todos tenham muitos mi-

nutos de jogo. Também aproveitamos para subir os infantis de segundo ano para ganharem mais competitividade na próxima época», explicou ao nosso jornal Armando Pereira.

«Penso que o CD Lago não tem nenhum título oficial e se o conseguir na minha vigência seria a cereja no topo do bolo, é uma ambição que tenho. Era também o culminar de um trabalho de cinco anos e a demonstração que vale a pena ser persistente», juntou o coordenador da formação do CD Lago.

«Não desvirtuem o campeonato»

Armando Pereira acredita que a equipa tem muitas possibilidades de conquistar o título se tudo correr dentro da normalidade.

«Acho que temos muitas hipóteses de sermos campeões, isto se não houver factores externos e se não desvirtuarem o campeonato com a alteração das equipas com jogadores da formação principal, como muitas vezes acontece. Se tudo correr dentro da normalidade somos uns dos candidatos a ficar no primeiro lugar, tal como FC Amares, GD Prado, Porto d' Ave e Craques», apontou.

Mais candidatos no futebol 9

A confiança aumenta ainda mais quando o técnico se refere à equipa de futebol 9.

«Somos os mais sérios candidatos ao título, apesar de o Tadim e o Ninense terem excelentes equipas. No entanto, pelo que fizemos até ao momento, penso que somos os favoritos ao primeiro lugar. Ainda não perdemos nenhum jogo e já defrontámos esses dois adversários. No entanto, o nosso discurso é pensar jogo a jogo. Não nos podemos colocar em bicos de pés, ainda falta muito campeonato e muita coisa pode mudar», anotou.

## Capitães confiantes na conquista do título

Mário, Peixoto e David

Os capitães de equipa de iniciados do CD Lago mostram-se confiantes na possibilidade de a equipa conquistar os dois títulos de campeão. Mário joga no clube há cinco anos e diz que a equipa está a cumprir com os «objectivos traçados» no arranque da época. O médio ofensivo, que já apontou 11 golos, assegura que a equipa está pronta para «atacar» o primeiro lugar. «O campeonato é muito competitivo, são muitas equipas com o mesmo propósito, mas estamos preparados para lutar pelo primeiro lugar e dar uma alegria aos nossos adeptos. Prometemos que vamos dar o nosso melhor», disse.

Peixoto também comunga das palavras do seu colega de equipa. O central, forte no jogo aéreo, diz que às vezes também é preciso dar umas «porradas», pois isso «também faz parte do jogo». «A equipa está a portar-se muito bem. Temos feito bons jogos, mas temos de continuar focados e a trabalhar da mesma forma para nos mantermos ligados ao topo e depois discutirmos o título. Seria um grande feito para o clube e também para este grupo. Um título não se ganha todos os dias e, se calhar, para muitos de nós é a oportunidade de uma vida. Vamos com tudo para a segunda volta», atirou o jogador.

David é carinhosamente apelidado pelos colegas de Pitbull, pela raça e entrega com que disputa cada lance. O jogador é um polivalente, tendo inclusive come-

çado na baliza, mas actualmente ocupa a zona mais adiantada do terreno e não se tem dado nada mal. «Já marquei 13 golos, sou o segundo melhor marcador

da equipa. Estamos a praticar um bom futebol e se continuarmos com este andamento podemos discutir os dois títulos», apontou.



David, Mário e Peixoto



## CD LAGO

# «O projecto está feito, só falta o financiamento»

CD Lago festejou 42 anos e continua à espera dos novos balneários

Fundado a 29 de Janeiro de 1982, o CD Lago festejou 42 anos de existência, uma data assinalada no próprio dia em pleno relvado do clube com os atletas, treinadores, dirigentes e associados a cantarem os parabéns à colectividade lagoense. No entanto, a Direcção tem preparada uma festa para o dia 11 deste mês.

António Pinheiro foi um dos fundadores do CD Lago e está na presidência há 34 anos. Apesar de todos os anos se manifestar «cansado», o dirigente vai-se mantendo no posto, porque, segundo diz, «não aparece ninguém». «Por mim já me tinha ido embora, isto é muito desgastante, estar aqui todos os dias. Mas infelizmente não aparece ninguém», disse ao nosso jornal António Pinheiro, de 69 anos.

«Nos últimos anos, desportivamente o clube tem crescido, mas continuamos sempre com o mesmo problema, que é a falta de infra-estruturas, principalmente ao nível dos balneários. O clube precisa de crescer também a esse nível», apontou, mostrando-se ao mesmo tempo confiante na resolução de um problema que se arrasta há muitos anos com «sucessivas promessas das entidades



oficiais».

«Os balneários já não vão ficar por debaixo das bancadas. Acho que a Junta quer construir nesse local um auditório. O projecto que temos é para serem feitos no mesmo sítio dos velhos. Queremos construir mais dois balneários, fazer a cobertura na garagem, passar para lá a lavandaria e fazer mais um balneário para os árbitros, porque muitas vezes temos equipas de arbitragem mistas. O projecto está feito, agora só falta

o financiamento, que deve rondar os 150 mil euros», revelou António Pinheiro.

«A Câmara já prometeu há muitos anos, mas enquanto não vir o dinheiro na nossa conta... Tivemos a sorte do Pingo Doce nos oferecer o sintético, se não ainda jogávamos num pelado. A nível de infra-estruturas, o CD Lago está parado», lamentou o dirigente, que gostava de terminar a obra antes de anunciar a sua saída da presidência do clube.

## «É pena o clube não acompanhar o crescimento desportivo»

Armando Pereira com balanço positivo

O coordenador da formação do CD Lago faz um balanço positivo da época desportiva. Armando Pereira mostrou-se satisfeito com a evolução de quase todas as equipas, que este ano estão a disputar os primeiros lugares nos diversos campeonatos da AF Braga, e lamenta que este crescimento não seja acompanhado noutras áreas do clube.

«Este ano aumentámos o número de atletas, inscrevemos 130 jogadores. A temporada está a correr muito bem, em função daquilo que tinha perspectivado nos últimos anos, estamos a atingir um patamar supe-

rior. Os nossos benjamins e infantis ficaram na fase de campeão, não perderam nenhum jogo na primeira fase, isto é fruto do trabalho que temos desenvolvido nos últimos anos. Os iniciados estão a lutar pelos dois títulos e os juvenis, uma equipa quase toda de primeiro ano, está a fazer um campeonato dentro daquilo que esperávamos, embora pudéssemos estar melhor classificados, mas ainda vamos a tempo de melhorar algumas coisas», disse Armando Pereira, que chegou ao clube há cinco anos.

«Só tenho pena que o clube não tenha acompanhado esse crescimento

a nível das instalações e isso não é apenas responsabilidade da Direcção, mas também de outras entidades do Concelho. Se tivéssemos mais condições tinha a certeza que os resultados ainda iriam ser melhores e o clube teria mais atletas. No próximo ano queremos ter todos os escalões de formação, desde os petizes até aos juniores, que é a única equipa que não temos esta época. A organização a nível da estrutura do futebol existe, na organização da estrutura directiva é que existem poucas pessoas para se organizar e funcionar em pleno», acrescentou o coordenador do CD Lago.



Armando Pereira, terceiro à esquerda, com equipa técnica e directores

## O papel dos pais na atividade desportiva dos jovens



Sofia Pinto  
Psicóloga do Desporto no Andebol Clube de Fafe

Os pais assumem um vasto conjunto de responsabilidades no desenrolar da experiência desportiva dos filhos, devendo proporcionar uma atmosfera de apoio e suporte emocional sem exercer demasiada pressão sobre o atleta.

Através do desporto, as crianças e jovens desenvolvem várias competências psicológicas e os pais assumem um papel importante em algumas delas. Por exemplo, na autoestima e autoconfiança do jovem atleta. Em primeiro lugar, os pais devem demonstrar que apoiam e valorizam os seus filhos, quer através de palavras, quer através de ações. Devem ainda enfatizar o desenvolvimento das capacidades dos seus filhos, salientando também pequenas vitórias pessoais que não dependem exclusivamente do sucesso na atividade desportiva.

Paralelamente, os pais têm um papel muito importante no desenvolvimento da motivação das crianças e jovens que praticam desporto. Devem, por isso, apoiar o jovem na definição de objetivos desportivos a atingir, não apenas centrados nos resultados (ex.: ganhar ou perder), mas também em ser cada vez melhor atleta. Os progenitores devem também encorajar a sua autonomia e independência na preparação de treinos e jogos, realçar os seus esforços para organizar o seu material desportivo e cumprir horários de treinos, entre outros.

Ao mesmo tempo, os pais desempenham um papel importante quando a criança ou jovem atravessa momentos de maior frustração, como por exemplo quando não joga, quando sofre uma lesão ou quando tem momentos de pouca autoconfiança. Quando estas situações se verificam, é importante que demonstrem confiança nas capacidades dos seus filhos mesmo quando estes experienciam dificuldades e insucesso desportivo, encorajando-os a lutar e a seguir os seus objetivos desportivos.

Outro aspeto fundamental na vida desportiva de crianças e jovens é a relação dos seus pais com o seu treinador. A forma como os pais interagem com o treinador tem consequências nos atletas, positivas ou negativas.

A forma mais correta de acompanhar crianças e jovens atletas é ter contactos regulares com o treinador, com o objetivo de obter informações que digam respeito ao seu filho. Os pais devem procurar colaborar com o treinador ou com o clube, sempre que solicitado. Na relação com o treinador do seu filho, os pais devem procurar aceitar e compreender a autoridade do técnico, não interferindo na tarefa do treinador e principalmente não procurar influenciar negativamente o seu filho em relação a este.



**ARSENAL DE CRESPOS****«Neste contexto o mais complicado é ter um plantel comprometido»****Arsenal de Crespos quer recuperar atraso na segunda volta**

Nos primeiros cinco jogos do campeonato da I Divisão, série B, o Arsenal de Crespos somou três vitórias, um empate e uma derrota. Um arranque prometedor da equipa bracarense que, no entanto, acabou por descambar nas jornadas seguintes, onde apenas conquistou um ponto em 24 possíveis.

Hélder Pinheiro diz que esta fase negra da época tem algumas explicações. «Tivemos algumas lesões e duas ou três contratações que não encaixaram naquilo que é o espírito de grupo, porque para nós mais do que a qualidade individual importa o compromisso com grupo. Nesse aspecto, esses atletas falharam e

acabaram por sair. Também nos serviu de lição», asseverou o treinador, que está a cumprir o segundo ano no comando técnico dos seniores do Crespos.

«Temos um grupo muito forte, a equipa está motivada e acho que vamos fazer uma grande segunda volta. O nosso objectivo inicial era terminar entre os seis primeiros. Olhando para os adversários, e para o valor da nossa equipa, era uma meta realista, e continuamos a achar que é possível», acrescentou Hélder Pinheiro.

«Neste contexto, o mais complicado é ter um plantel comprometido. Como se sabe, eles não ganham nada e mantê-los motivados para virem treinar três vezes

por semana, e na pré-época quatro, não é nada fácil, ainda por cima com muitas derrotas em cima», admite o técnico.

Hélder Pinheiro sublinha ainda que a distância pontual que os dois primeiros classificados, Maximinense e o Este FC, ganharam não reflecte a competitividade que existe no campeonato. «A distância dos dois primeiros tem muito a ver com a qualidade individual dessas equipas, que é superior às outras, mas no colectivo não se nota isso, ou seja, a diferença não é assim tão grande como na tabela classificativa. Muitas equipas que estão no fundo da tabela são competitivas, o que não acontecia no ano passado. Isso nota-se nos resultados», completou.

**«O mau estado dos sintéticos provoca muitas lesões»****Mariana Rodrigues é a fisioterapeuta do Crespos**

Mariana Rodrigues, natural de Amares, há 12 anos que trata das “mazelas” dos atletas do Arsenal de Crespos. A fisioterapeuta encontrou no desporto um «complemento» para o trabalho que todos os dias realiza na sua clínica, “Dona Terapia”, situada em Amares. Mas a vocação para este ramo da medicina, que trata da reabilitação, nasceu por sentir que a sua avó não teve o tratamento devido quando sofreu uma fratura na cabeça do fémur.

«Devido a isso ela nunca mais recuperou. Então decidi vir para esta área para ajudar as pessoas a terem uma melhor qualidade de vida», contou Mariana ao nosso jornal, antes de entrar no gabinete médico do clube para tratar alguns jogadores.

«O futebol é um desporto de contacto, que provoca muitas lesões traumáticas. Mas as lesões mais recorrentes são as entorses de joelhos e pés e contusões», explicou a fisioterapeuta.

«A rotura de ligamentos é a lesão que os atletas mais temem e agora há muitas devido aos sintéticos. Alguns deles estão degradados, porque não são tratados. Estas lesões são mais frequentes no Verão, quando os relvados não são regados», juntou Mariana.

«Penso que a situação mais complicada que tive durante um jogo foi uma fratura e depois tive de acompanhar o atleta até ao hospital. Mas as lesões na formação são sempre complicadas devido à parte emocional dos pais», anotou a fisioterapeuta do Crespos.

**«Fazer o dobro dos pontos»****Jorge Rocha está a cumprir a 12.ª época no Crespos**

Jorge Rocha, José Cunha, Bruno Oliveira, André Brandão e João Andrade formam o quinteto de capitães da equipa do Arsenal de Crespos. Jorge Rocha foi o porta-voz do grupo, mostrando ambição para a segunda volta do campeonato. «Temos de fazer o dobro dos pontos da primeira volta e o grupo está ciente disso», apontou o jogador, que já está há 12 anos no clube. «O que nos distingue? É o companheirismo, a vontade e a ambição, com pouco tentamos fazer muito. Se não formos nós a valorizar-nos quem o vai fazer? Temos de fazer ver aos nossos adversários que têm de contar com o Crespos», atirou, deixando elogios ao clube.

«Esta é divisão certa para o clube, não podemos entrar em ilusões, mas queremos melhorar ano após ano e condições existem, não nos falta nada», concluiu o capitão do Crespos.



José Cunha (esquerda), com Jorge Rocha e Bruno Soares



# «Acredito que até ao fim da época vamos melhorar»

Equipa feminina do Crespos joga na III Divisão Nacional



Alexandre Rodrigues chegou esta época à equipa feminina do Arsenal de Crespos com a motivação e o compromisso de ajudar a equipa a evoluir. Por isso, os resultados desportivos, neste momento, são o menos importante, embora a equipa entre em todos os jogos com a «ambição de conquistar os três pontos».

«O objectivo nunca foi passar à segunda fase, mas sim trabalhar para que as jogadoras evoluam e cresçam neste contexto. Muitas delas estão pela primeira vez a ter contacto com o futebol e, por vezes, não é fácil gerir todas estas diferenças que existem no plantel. Queremos crescer a nível colectivo e ter uma ideia de jogo bem definida. Acre-

dito que até ao fim da época vamos melhorar», anotou o treinador, que deixou alguns reparos ao modelo do campeonato da III Divisão Nacional. «São poucas equipas e ao fim da primeira volta a maioria fica sem objectivos classificativos», lamenta o técnico.

Alexandre Rodrigues sublinhou ainda que a primeira experiência no futebol feminino o tem ajudado «a crescer como treinador e líder». «Estive sempre ligado ao futebol de formação, mas este ano um amigo disse-me que o Crespos andava à procura de treinador para o feminino e decidi enviar o meu currículo. É diferente, temos de ter mais cuidado na forma de falar», concluiu.



O treinador Alexandre Rodrigues (segundo à esquerda), com José Pereira (treinador de guarda-redes), Sandra Azevedo (adjunta) João Salgado (director).

## «Temos um grupo com vontade de aprender»

Capitãs querem ajudar jovens a crescer

Cláudia Teixeira, média, de 29 anos, é uma das jogadoras mais experientes do plantel feminino do Arsenal de Crespos. A jogadora passou pelos quadros do Paris Saint-Germain e jogou ainda na Real Sociedad, em Espanha, tendo representado as Selecções Nacionais. Depois, decidiu fazer uma pausa para ser mãe e quando regressou a Portugal o “bichinho” do futebol voltou a mexer com ela e então decidiu regressar aos relvados ao serviço da equipa feminina do Crespos. «Temos um grupo inexperiente, mas com vontade de aprender e muita ambição, podemos evoluir muito. Um dos meus objectivos também passa por tentar ajudar as mais novas com a minha experiência. Vamos fazer uma segunda fase me-

lhor», disse a jogadora, natural de Aveiro.

### Começar aos 35 anos

Ana é um caso curioso no futebol do Crespos. Começou por fazer parte da Direcção do Crespos, tendo depois assumido a pasta do futebol feminino. Mas como o plantel tinha poucas jogadoras decidiu dar uma ajuda à equipa. Isto aos 35 anos de idade. «Não é nada fácil começar a jogar com essa idade, mas agora já me sinto melhor, evolui muito e estou muito mais integrada no grupo. Temos um plantel jovem, com muitas atletas novas, que ainda estão a dar os primeiros passos no futebol. Vai ser preciso persistir para elas crescerem», concluiu.



Ana (esquerda) com Cláudia Teixeira