

cision[®]

Press Book

cision

Revista de Imprensa

1. A 60 minutos da final, Bola (A), 30-04-2016	1
2. Mais Andebol, Bola (A), 30-04-2016	2
3. Xico Andebol tem última hipótese de garantir já a permanência da 2.ª Divisão de andebol, Guimarães Digital Online, 30-04-2016	3
4. Agenda, Jogo (O), 30-04-2016	4
5. Agenda, Jogo (O), 30-04-2016	5
6. À procura da final portuguesa, Jogo (O), 30-04-2016	6
7. Agenda, Jornal de Notícias, 30-04-2016	7
8. Gémeas do apito brilham a dobrar no andebol+, Jornal de Notícias - Ataque, 30-04-2016	8
9. As minhas sugestões, Jornal de Notícias - Ataque, 30-04-2016	11
10. Final aqui tão perto, Record, 30-04-2016	12
11. Final aqui tão perto, Sábado Online, 30-04-2016	13
12. Maio 'endiabrado' para o Madeira SAD, Diário de Notícias da Madeira, 29-04-2016	14
13. Um empurrão para a vitória, Diário do Alentejo, 29-04-2016	15
14. Andebol, Diário do Alentejo, 29-04-2016	16
15. Andebol Juvenis Masculinos, Diário do Alentejo, 29-04-2016	17
16. Agenda: o que pode ver este sábado, Jogo Online (O), 29-04-2016	18
17. Dentro do campo apenas analiso factos, nunca pensamentos - Entrevista a Daniel Martins, Jornal de Leiria, 28-04-2016	23
18. Os imparáveis campeões da APD Leiria, Jornal de Leiria, 28-04-2016	25
19. Politécnico de Leiria perdeu título nos penalties, Jornal de Leiria, 28-04-2016	26
20. APD Leiria soma vitórias e vive mais uma época de ouro, Região de Leiria, 28-04-2016	27
21. Às vezes acontece cada coisa, Douro Hoje, 27-04-2016	29
22. Citius, Altius, Fortius (mais rápido, mais alto, mais forte), Douro Hoje, 27-04-2016	30
23. Andebol sénior já só depende de si, Setubalense (O), 27-04-2016	31
24. Muito Andebol no ACV, Cidade Hoje, 21-04-2016	32
25. Póvoa Andebol com fim de semana vitorioso, Mais Semanário, 20-04-2016	33
26. Andebol: Iniciados da AEDFR continuam no 1º lugar, Região da Nazaré, 20-04-2016	34

**mais desporto**
ANDEBOL  **TACA CHALLENGE**

A 60 minutos da final

Final inédita portuguesa pode ficar marcada no fim de semana. Benfica na Noruega com vantagem. ABC à procura de vitória na República Checa com apenas um golo de diferença.

por**HUGO COSTA**

BENFICA e ABC procuram, hoje e amanhã, respetivamente, escrever nova página de ouro no andebol português, caso ambos se qualifiquem para a final da Taça Challenge, na que seria a primeira final lusa na Europa da modalidade, mas imitando futebol e hóquei em patins no que toca a modalidades de pavilhão. Para isso, o Benfica dispõe de confortável vantagem de 13 golos (35-22) na deslocação à Noruega onde hoje mede forças com o Fyllingen Bergen e, em circunstâncias normais, chegará à 2.ª final do seu historial depois de em 2010/11 ter sido derrotado pelo Partizan na final desta mesma competição.

A atravessar momento único – conquista da Taça de Portugal e apuramento para a final do campeonato – os comandados de Mariano Ortega podem juntar terceira viagem ao en-

contro decisivo e o central Hugo Lima deixou a garantia: «Vamos entrar com garra e amor à camisola. Temos a possibilidade de estar em três finais e vamos dar tudo para conseguir. A da Taça de Portugal, já estivemos e vencemos. Tudo pode acontecer e vamos dar tudo para vencer. Já aconteceram tantas histórias no Andebol, temos de estar concentrados.»

Falando em histórias, o ABC vai a Pra-

Hugo Lima (Benfica) e Nuno Grilo (ABC) deram voz aos anseios das suas respectivamente aos jogos da 2.ª mão das meias-finais, cumpridos fora e que podem ditar histórica final lusa na Europa


CALENDÁRIO

Taça Challenge → 1/2 finais → 2.ª 'mão'

→ **hoje**Fyllingen Bergen (Nor)-Benfica 19.45 h
Framhallen, em Bergen, na Noruega→ **amanhã**Dukla Praga (R. Che)-ABC 17.00 h
Arena Sparta, em Praga, na República Checa

ga com vantagem de um golo conquistada em Braga (34-33), mas já na época passada venceu o Dukla na capital da República Checa, no início da caminhada até à final desta Challenge, que terminou com derrota na Roménia ante uma dupla de arbitragem macedónia bastante favorável aos romenos.

Com três finais perdidas na Europa (Liga dos Campeões, 1993/94 e Taça Challenge, 2004/05 e 2014/15), o ABC busca 4.ª final igualmente em bom momento: conquistou a Supertaça no início da época e tem o jogo decisivo das 1/2 finais do Andebol 1 em casa na 4.ª feira com o Sporting. O lateral Nuno Grilo não tem dúvidas: «Vamos a Praga para ganhar, fizemos um jogo muito fraquinho defensivamente em casa e podemos melhorar. Eles têm o seu mérito, nós não estivemos perto do que somos capazes e a verdade é que ainda não perdemos nesta competição este ano.»

**mais Andebol**

● **FEMININO.** Iniciam-se hoje, em Aveiro e Pombal, as meias-finais da divisão maior. Tricampeão nacional, o Alavarium recebe o vencedor da 1.ª fase, o Colégio de Gaia (18.30 h), e o Colégio João de Barros é anfitrião da Madeira SAD (17 h). Será o jogo 1 numa série à melhor de 3, com o jogo 2 a 7 de maio e o 3.º, se necessário, no dia seguinte, ambos em Gaia e Funchal respetivamente.

● **FEMININO II.** Também hoje joga-se o Sta. Joana-Malastars e amanhã o CALE-Sp. Madeira, do 5.º/8.º lugares. No grupo B, a Assomada (19 pts) recebe a Juve Lis (22), e amanhã o P. Manuel (20) vai ao Alpendorada (19).

Xico Andebol tem última hipótese de garantir já a permanência da 2.ª Divisão de andebol

Tipo Meio: Internet Data Publicação: 30-04-2016

Melo: Guimarães Digital Online

URL:<http://www.pt.cision.com/s/?l=7c90d7c7>

30 de Abril, 2016 10:36

O Xico Andebol tem este sábado a derradeira oportunidade para a garantir, desde já, a permanência na 2.ª Divisão do Campeonato Nacional de Andebol.

À entrada para a derradeira jornada, a equipa comandada por Gustavo Castro não depende apenas do resultado que conseguir na casa da Sanjoanense. O Xico Andebol terá sempre de fazer um resultado melhor que o Estarreja na última jornada, uma vez que as duas equipas somam os mesmos 40 pontos e o Estarreja tem vantagem no confronto directo.

Depois das alterações ao regulamento competitivo aprovadas na última Assembleia Geral da Federação de Andebol de Portugal, esta temporada não haverá descidas directas à 3.ª Divisão. O alargamento da 1.ª Divisão leva a que haja mais vagas disponíveis, pelo que a Federação decidiu que os dois últimos classificados da 2.ª Divisão terão de disputar um play-off com os terceiro e quarto classificados da 3.ª Divisão por um lugar naquele escalão na época 2016/2017. Esses jogos de apuramento terão lugar apenas em Agosto, antes do arranque dos campeonatos. Isto significa que se o Xico Andebol não conseguir evitar um dos dois últimos lugares da 2.ª Divisão, ainda terá mais uma oportunidade para assegurar a permanência.

AGENDA

ANDEBOL

Taça Challenge, meias-finais.
2.º mão: Fyllingen Bergen (Noruega)-Benfica, 19h45.

BASQUETEBOL

Campeonato da Liga – play-off 3.º Jogo - V.
 Guimarães-FC Porto, 15h00;
 Lusitânia-Benfica, 17h00;
 Galitos-Oliveirense, 21h30;
 Barcelos-Ovarense, 21h30.

CICLISMO

Volta à Romandia (Suíça), com a participação de Rui Costa e Mário Costa (Lampre) e de Bruno Pires (Team Roth), a decorrer até dia 1. **Volta à Turquia,** com a participação de ciclistas portugueses, a decorrer até dia 1.

FUTEBOL

I Liga - 32.ª Jornada: Tondela-Rio Ave, 16h00; Belenenses-P.Ferreira, 16h00; FC Porto-Sporting, 18h30.
II Liga - 44.ª Jornada: Olhanense-Freamunde, 11h15; Braga B-Benfica B, 16h00; V. Guimarães B-Covilhã, 16h00; Leixões-Famalicão, 16h00; A.C. Viseu-Feirense, 16h00; Varzim-Mafra, 16h00; Penafiel-Oriental, 16h00; Atlético-Santa Clara, 16h00; Aves-Gil Vicente, 16h00; Chaves-Farense, 16h00; Oliveira-Portimonense, 16h00. **Campeonato de Portugal – II Fase - 12.ª Jornada - Subida - Zona Norte:** Vizela-Gondomar; Anadia-Estarreja; Bragança-Pedras Rubras; Fafe-Vilardense. Zona Sul: BC Branco-Praiense; 1.º Dezembro-Casa Pia; Cova Piedade-Angrense; Leiria-Moura. Série A: Mirandela-Argozelo; Neves-Marítimo B; Vianense-Pedras Salgadas; Carnacha-Limianos. Série B: S. Martinho-Torcatense; Trofense-Oliveirense; Mondinense-Felgueiras 1932; Arões-Varzim. Série C: Cinfaes-Sobrado; Amarante-Vila Real; Tirsense-Salgueiros 08; Coimbrões-Sousense. Série D: Oliveira Frades-Cesarense; Vildemoinhos-Gafanha; Mortágua-Sanjoanense; Bustelo-Lourosa. Série E: Pampilhosa-Tourizense; Ol. Hospital-Ideal; Sabugal-Operário; Acad. Coimbra-Nogueirense. Série F: Peniche-Crato; Naval-Icanenense; Águias Moradal-Sertanense. Série G: Coruchense-Electrónico; Sintrense-Loures; Sacavenense-Torreense;

Malveira-Real SC. Série H: Pinhalnovense-Barreirense; Atlético-Juventude; Louletano-Almancilense (Estádio do Algarve); Lusitano VRSA-Castrense. Jogos às 16h00. **Juniors A - I Divisão - 2.ª Fase - 9.ª Jornada - Apuramento de Campeão:**

Rio Ave-Belenenses; Sporting-Paços Ferreira; V. Guimarães-FC Porto; Académica-Benfica. Manutenção/Descida - Zona Norte: Feirense-Boavista; Gil Vicente-Braga. Zona Sul: Nacional-Casa Pia; Loures-Portimonense; Torreense-Oeiras. Juniores A - II Divisão - II Fase - 9.ª Jornada - Subida - Zona Norte: Operário-Ac Viseu (15h00); Oliveira-Feirense; Chaves-Padroeiro. Zona Sul: V. Setúbal-Naval; Real-Cova Piedade; Marítimo-Estoril. Manutenção/Descida - Série A: Freamunde-Varzim; Merelinhense-Tirsense; Aves-Limianos (11h00). Série B: Sanjoanense-Lourosa; Canidelo-Paredes; Arouca-Torre Moncorvo; Penafiel-Sousense. Série C: Beira-Mar - Anadia; Marinense-Marinha; Gouveia-Vigor Mocidade; Castelo Branco-Estaçao. Série D: Caldas-1.º Dezembro (15h00); Eléctrico-Linda Velha; Sintrense-Alverca. Série E: BM Almada-Pinhalnovense; Despertar-Juventude; Barreirense-Farense; Olhanense-Quarteirense. Jogos às 16h00. **Juniors C - II Fase - Manutenção/Descida - 13.ª Jornada - Série A:** Famalicão-Palmeiras, 15h00. Série E: Entroncamento-O Elvas, 15h00; Salvaterrense-Marinha, 16h00. Série F: Oeiras-Pontinha, 11h00; Olivais-Sacavenense, 11h00; Alcochete-Real, 11h00.

FUTSAL

I Divisão - 13.ª Jornada: Boavista-Gualtar Meltino - 26.ª Jornada: Belenenses-Quinta Lombos; Olivais-Sporting (Pav. Esc. Sec. D. Dinis, Lisboa); Braga-Burinhosa; Modicus-Benfica; Rio Ave-Fundão; S.João-Leões Porto Salvo. Jogos às 16h00.

HÓQUEI EM PATINS

I Divisão - 20.ª Jornada - Jogo empatado: Candelária-Benfica, 21h00. 23.ª Jornada: Física-HC Braga, 18h30. **Taça CERS - final-four/meias-finais - O:** Barcelos-Matera 19h00; Sporting-Vilafranquense 21h45.

TÉNIS

Milenium Estoril Open, a decorrer até dia 1, no Clube de Ténis do Estoril.

Tiragem: 29944

País: Portugal

Period.: Diária

Ámbito: Desporto e Veículos

Pág: 38

Cores: Cor

Área: 9,05 x 30,00 cm²

Corte: 1 de 1





AGENDA

ANDEBOL

TACAI CHALLENGE 1/2 finais - 2.ª mão

Hoje

Fyllingen-Bergen-Benfica 18h45, Noruega
Robert Harabagiu/Silviu Stanescu (ROM)

Amanhã

Dulda de Praga-ABC 17h00, República Checa
Jan E. Leandersson/Mikael Lindroos (FIN)

BASQUETEBOL

LIGA PORTUGUESA 1/4 final

Hoje - 3.ª jornada

Vitória de Guimarães-FC Porto 15h00, Pav. Vitória Guimarães
L. Lopes/P. Mala/I. Rosário

Lusitânia-Benfica 16h00, Pav. Mun. Angra Heroísmo
S. Silva/R. Ribeiro/B. Alvarinhos

Galitos Barreiro-Oliveirense 21h30, Pav. Mun. Luís Carvalho
C. Santos/P. Rodrigues/H. Antunes

Barcelos-Ovarenses 21h30, Pav. Esc. Sec. Barcelos
F. Rocha/N. Monteiro/H. Silva

Amanhã - 4.ª jornada

Lusitânia-Benfica (se necessário) 16h00, Pav. Mun. Angra Heroísmo
S. Silva/R. Ribeiro/B. Alvarinhos

Barcelos-Ovarenses 17h30, Pav. Esc. Sec. Barcelos
L. Lopes/P. Coelho/B. Maciel

Galitos-Oliveirense (se necessário) 18h00, Pav. Mun. Luís Carvalho
F. Rocha/J. Abreu/J. Cabral

V. Guimarães-FC Porto (se necessário) 18h00, Pav. Vitoria Guimarães

N. Monteiro/P. Rodrigues/I. Lopes

HÓQUEI EM PATINS

TACAI CERS 1/2 finais

Hoje

Mata-Bracelos 19h00, Pav. Mun. Barcelos RTP2

Sporting-Vila Franca 21h45, Pav. Mun. Barcelos RTP2

CAMPIONATO NACIONAL

Candelária-Benfica 20.ª jornada 21h00, Pav. Desportos Candelária

O. Panza/J. Moura/J. Pereira

Física-HC Braga 23.ª jornada 18h30, Pav. Física Torres Vedras

P. Almeida/A. Santos/J. Mendes

Amanhã

TACAI CERS

Final 18h30, Pav. Mun. Barcelos

RTP2

RÂGUEBI

DIVISÃO HONRA 1/2 finais

Hoje

CDUL-Técnico 14h00, Est. Univ. Lisboa

João Costa

Direito-Cascais

17h00, Monsanto

Pedro Murinello

VOLEIBOL

APUR. NACIONAL DIVISÃO 4.º jogo

Caldas-Castelo Maia

17h00, Pav. Rainha D. Leonor



Paulo Jorge Magalhães / Global Imagens.

Pedro Spínola vai tentar fazer a diferença frente ao Dukla de Praga

ANDEBOL ABC e Benfica jogam no estrangeiro à procura de um feito inédito na Taça Challenge

À procura da final portuguesa

ABC em Praga e Benfica em Bergen procuram, na segunda mão da meia-final da Taça Challenge repetir os sucessos que alcançaram, na passada semana, nos seus pavilhões

AUGUSTO FERRO

●●● Hoje, o Benfica, pelas 19h45 – com transmissão direta na BTV – vai tentar gerir, no campo do Fyllingen Bergen, a vantagem de 13 golos que alcançou em casa, no passado sábado. Tarefa que não parece complicada e que poderá levar o clube a mais uma final esta época, depois de já ter vencido a Taça de Portugal. “No andebol tudo pode acontecer. Portanto vamos para lá dar tudo e tentar voltar com uma vitória”, referiu o jogador encarnado Hugo Lima.

Já o ABC tem uma missão mais apertada, pois entra no recinto do Dukla de Praga com apenas um golo de vantagem. Há muito trabalho pela frente para os minhotos chegarem pela terceira vez à final deste troféu. No jogo que está agendado para as 17h00 de amanhã, com transmissão no Porto Canal, aguarda-se que o ABC mantenha a tendência de alcançar melhores resultados fora do que em casa, apesar de não poder contar com Ricardo Pesqueira. Nuno Rebelo recordou o primeiro encontro e fez a perspetiva do que se avizinha. “Aqui, nós e que nos surpreendamos a nós mesmos. Corrigindo, podemos conseguir uma diferença grande neste jogo. Podemos e vamos jogar melhor do que na primeira mão”, garantiu.

FINAIS

5

ABC (por duas vezes), Sp. da Horta Sporting, Benfica Já chegaram à final da Taça Challenge. O Sporting venceu a competição em 2010

agenda**Andebol - Taça Challenge (Meias-Finais - 2.º Mão)**

- Fyllingen Bergen-Benfica (19.45).

Basquetebol - Liga - Play-off - Quartos de final
(Jogo 3) - V. Guimarães-F. C. Porto (15), Lusitânia-Benfica (17), Galitos-Oliverense (21.30), Barcelos-Ovarense (21.30).**Futebol - Liga - Tondela-Rio Ave (16), Belenenses-P. Ferreira (16), F. C. Porto-Sporting (18.30).****LigaPro - Olhanense-Freamunde (11.15), Braga-Benfica B (16), V. Guimarães B-Covilhã (16), Leixões-Famalicão (16), A. Viseu-Ferrense (16), Varzim-Mafra (16), Penafiel-Oriental (16), Atlético-Santa Clara (16), Aves-Gil Vicente (16), Chaves-Farense (16), Oliveira-Portimonense (16).****Campeonato de Portugal (2.ª Fase) - Subida - Zona Norte - Vizela-Gondomar, Anadia-Estarreja, Bragança-Pedras Rubras, Fafe-Vilacondense, Zona Sul - BC Branco-Praliense, 1.º Dezembro-Casa Pia, C. Pediade-Angrense, U. Leiria-Moura, Descidão - Série A - Mirandela-Minas Argozelo, Neves-Martimho B, Vianense-Pedras Salgadas, Camacha-Lumianos (15), Série B - S. Martinho-Torcatense, Trofense-AD Oliverense, Mondinense-Felgueiras 1932, Ardes-Varzim (Juv. Arões), Série C - Cintrões-Sobrado, Amarante-Vila Real, Tirsense-Salgueiros 08, Coimbra-Sousense, Série D - Ol. Frades-Cesarense, Lus. Vilarinho-Gafanha-Montâguia-Sanjoanense, Bustelo-Lus. Lourosa, Série E - Pamplhos-Tourense, Ol. Hospital-Sp. Ideal, Sabugal-Operário, Ac. Coimbra-AD Noquelense (Mun. Sérgio Conceição), Série F - Peniche-Crato, Naval-Alcanense, A. Moradal-Sertanense, Série G - Coucherense-Electrónico, Sintrense-Loures, Sacavense-Torreense, At. Malveira-Real, Série H - Pinhalnovense-Barreirense, At. Reguengos-Juv. Évora, Louletano-Almansense (Ex. Algarve), Lusitano VRSA-Castrense, Jogos às 16 horas.****Juniors A - 1.ª Divisão (2.ª Fase) - Ap. Campeão - Sporting-P. Ferreira, Académica-Benfica, Rio Ave-Benfrenses, V. Guimarães-F. C. Porto, Descidão - Zona Norte - Gil Vicente-Braga, Ferrense-Boavista, Zona Sul - Torreense-Oeiras, Loures-Portimonense, Nacional-Casa Pia, Jogos às 16 horas.****Juniors A - 2.ª Divisão (2.ª Fase) - Ap. Campeão - Zona Norte - Oliverense-Fafe, Chaves-Padroeiro (CD Boticas), Operário-Ac. Viseu, Zona Sul - V. Setúbal-Naval, Real-C. Pediade, Marítimo-Estoril, Descidão - Série A - Freamunde-Varzim, Merelense-Tirsense (Parque Jogos 5. Sebastião), Aves-Lumianos (11), Série B - Sanjoanense-Lus. Lourosa, Canidelo-Paredes, Arouca-T. Moncorvo, Penafiel-Sousense, Série C - Beira-Mar-Anadia, Marinheiros-L. Marinha, Gouveia-V. Mocidade-DC Branco-Estação, Série D - Eléctrico-Linda-a-Velha, Caldas-1.º Dezembro (15), Sintrense-Alverca, Série E - Olhanense-Quarteirense, BM Almada-Pinhalnovense, Barreirense-Farense, Despertar-Juv. Évora, Jogos às 16 horas.****Juniors C - Descidas (2.ª Fase) - Série A - Famalicão-Palmérias (15), Série E - CADE-Elvas (15), Salvaterrense-L. Marinha (16).****A. F. Algarve - 1.ª Divisão - Monchique-Silves, 11 Esperanças-Moncarapachense, Imortal-Lagoa, Ferreiras-Quarteira, Quarteirense-Padremense, Esp. Lagos-Gata, Armaceneiros-Faro Benfica, Odakere-Cuttatumense, Jogos às 15 horas.****A. F. Beira - 1.ª Divisão - Ajustrelense-Guardiana, Praia Milfontes-Vasco Gama, Desp. Beira-Aldeanovense, Serpa-Penedo Gordo, Plerne-Almodovar, S. Marcos-Odemirense, Jogos às 15 horas.****A. F. Évora - Divisão de Elite - Escouralense-Lus. Évora, Perolivense-Portel, Monte Trigo-Barreirense, Sp. Viana-Redondense, Lavre-Canavais, Oriola-U. Montemor, Jogos às 15 horas.****Futsal - Liga - Belenenses-Quinta Lombos, Olivais-Sporting, Boavista-Gualtar, Braga-Brunhosa, Módulos-Benfica, Rio Ave-Fundão, São João-L. Porto Salvo, Jogos às 16 horas.****Hóquei em Patins - Taça CERS (Final Four) - Meias-finais - Materia-Óquei Barcelos (19), Sporting-Vilafranca (21.45). Jogos no Mun. Barcelos.****1.ª Divisão Nacional - Física-HC Braga (18.30), Canidária-Benfica (22).****Râguebi - Divisão de Honra - Play-off - Meia-final - CDUL-Técnico (14), Direito-Cascais (17).****Ténis - Estoril Open - Quadro principal (13), no Clube de Ténis do Estoril.****Voleibol - 1.ª Divisão Nacional - 3.º Play-off - Ap. Campeão (jogo 4) - Caldas-Castelo Mala (17).**

Ataque Reportagem

Juntas até ao apito final

Gémeas Marta e Vânia Sá formam a primeira dupla internacional de árbitras lusas de andebol. Nasceram em Tarouca, dirigem jogos dos principais escalões e trabalham como personal trainers

Emanuel Carneiro

emanuel@jn.pt

► É um fartote. Marta e Vânia são irmãs. Ambas árbitras de andebol. Corporizam a primeira dupla internacional feminina de Portugal. Não satisfeitas, também "resolveram" ser gémeas.

"Começámos a jogar andebol na escola. Os professores achavam piada ao facto de sermos gémeas e, como precisavam de árbitros para o torneio interescolas, propuseram-nos", revela Marta, que fez o favor de surgir aos olhos do JN de cabelo apanhado (conferir contemplando a foto principal).

"Não foi uma questão de talento [no início]. Tivemos várias experiências a nível regional. Na Associação de Andebol de Viseu, começaram a incentivar. Fazímos mais jogos dos regionais. Aí, viram que tínhamos talento para delinear um caminho", complementa Vânia.

Nasceram em Tarouca, no distrito vi-

seense, há 29 anos. Vinte minutos a separá-las.

Marta reforça o raciocínio da irmã. "Foram experiências atrás de experiências. No desporto escolar, como técnicas no Ginásio Clube de Tarouca... Até que surgeriram irmas para os nacionais".

Se as loas lhes são devidas pelo caráter pioneiro, não é menos factual que a fibra do par merece elogios similares. "Na zona onde estávamos, éramos as primeiras, éramos sempre postas à prova. Conquistámos o nosso espaço. Os jogos eram cada vez mais difíceis. Às vezes, os femininos eram os piores".

Vânia: "Tínhamos 16 anos quando começámos a nível nacional. Se não fôssemos psicologicamente fortes..."

Como a profissionalização da arbitragem no andebol ainda é apenas um brilhinho nos olhos de sabe Deus quem, a alternativa é a coordenação. "Conciliar a faceta profissional com o andebol não é fácil. Temos de estar a 100% em

cada um dos lados", salienta Marta.

São ambas personal trainers, a Vânia em São João da Madeira, a irmã no Porto. Iá que aqui estamos, refira-se que partilham o gosto em termos de relógios e... o personal trainer. "Investimos na nossa preparação".

A distância já lhes foi adversa. "Separamo-nos porque tive de ir trabalhar para a Margem Sul e a Marta arbitrou com outra pessoa durante duas épocas".

"Não é a mesma coisa. Mal tivemos oportunidade, recomeçámos a arbitrar juntas. É diferente. Basta um olhar, basta um gesto...", exemplifica Marta. Porém, "muitas vezes, o facto de sermos gémeas confunde. Por exemplo, há uma falha e os jogadores perguntam à pessoa errada".

Vânia propõe uma espécie de sumário. "É difícil uma dupla feminina atingir o nível a que chegámos e manter-se lá". A irmã "esfola": "A internacionalização [que aconteceu em março de 2014] era o objetivo. É uma das nossas conquistas".

Os tempos em que os pais as levavam aos jogos só já são recuperados em "flashbacks". "Mas eles não queriam ficar para os jogos. Nem nós queríamos que eles ficassem. Veem na televisão".

Ao longo da conversa, os entreolhares cumplices estiveram quase sempre à mesa. Mas, na verdade, não era necessário referir isto, pois não? ●

Marta teve de arbitrar com outra pessoa em duas épocas. "Não é a mesma coisa"



FOTOS: BILBAOFOTO / GLOBO IMAGES

POSTAIS DA TUNÍSIA E DO INTERIOR E PAÍS DO PIOR

► É muito difícil ganhar a vida de forma honesta. Ser mulher no norte de África também não é propriamente um tanque de facilidades. Marta e Vânia seleccionam um episódio nos jogos do Mediterrâneo, em juvenis masculinos, como particularmente marcante no percurso das gémeas. «Éramos a única dupla feminina e, na altura, aplámos o jogo entre a equipa da casa – a Tunísia – e a França. Os franceses eram favoritos, a televisão tunisina estava a transmitir. No público, os homens estavam em maioria, aquele era o melhor jogo do torneio. O engraçado é que não contavam ver mulheres iguais de calções, a apitar. Ao chegarmos ao hotel, toda a gente nos reconheceu». Agora, a palavra a Marta. «Em Portugal, as regiões do interior são as piores para arbitrar, bem como os jogos dos escalões de formação, essencialmente, devido aos pais». Vânia: «É mais complicado quando é um insulto, quando é apenas uma voz na bancada, por oposição a milhares». Marta não «abandona» a irmã. «A principal ação é desligar. Não virmos...». E.C.

Em jogo "Eles têm mais cuidado"

► «A relação jogador/árbitro é normal, mas eles têm mais cuidado na forma como falam. Não são tão explosivos.» De facto, o jogo entre o Águas Santas e o Passos Manuel do passado dia 16, no play-off de disputa do quinto lugar do Campeonato Nacional de Andebol da 1.ª Divisão, na Maia, arbitrado pela Marta e pela Vânia Sá, não foi de explosões. Aliás, as gémeas tinham previsto isso mesmo, ao JN. Um exaltado ou outro – detetáveis através de uns «Agora, não paras o tempo», «Só tu é que não viste, ouvi lá» ou «Marcaste o quê, pá?» – não conseguiram retirar à partida o caráter cordial e sem polémicas que marcou a vitória do Águas Santas por 29-26. No final, cumprimentos – ritual em que o treinador derrotado fez questão de aparecer – e mais um jogo para a história conjunta das irmãs. Gémeas. E.C.



**Reportagem****Gémeas do apito brilham
a dobrar no andebol****Páginas 8 e 9**



As minhas sugestões

Rui Silva TREINADOR DE ANDEBOL DO MAIA-ISMAI



1 Visitar Nova Iorque, nos EUA. A cidade que nunca dorme é um destino de sonho. A agitação da 5.ª Avenida, a Estátua da Liberdade, a diversidade étnica e cultural... o mundo concentrado numa cidade.



2 Ver filmes. Gosto muito dos baseados em factos reais. "Hotel Ruanda", com Don Cheadle, e "O último rei da Escócia", com Forest Whitaker, são filmes que me marcaram pela crueldade de que o ser humano é capaz.

3 Passear por Resende. Abraçado pelo Douro, prima pela simpatia das pessoas e pela gastronomia. Perfeito para um fim de semana a dois, desfrutando das Termas de Caldas de Aregos e um passeio de barco no Douro.



4 Almoçar no Mercado do Bom Sucesso, no Porto. Há muita variedade para escolha. Uma sande no

"Leitão do Zé" ou sushi no "Quay" são boas apostas para uma refeição. Como sobre mesa, não passo sem os éclairs da "Leitaria Quinta do Paço". Divinais!



5 Estar com a família. Fui pai há poucos meses e aproveito todos os momentos que posso para estar e desfrutar de tempo de qualidade com o meu filho e família mais próxima.

Susana Silva

ANDEBOL

FINAL AQUI TÃO PERTO

Benfica joga hoje em Bergen 2ª mão das 'meias' da Challenge com uma vantagem de 13 golos

ALEXANDRE REIS

Com uma vantagem de 13 golos (35-22) alcançada na Luz frente ao FyllingenBergen, o Benfica tem hoje (19h45), na Noruega, uma margem de conforto apreciável para passar à final da Taça Challenge e, assim, repetir o feito de 2011, tendo então perdido com os eslovenos do Cimos Koper.

Em declarações à BTV, o treinador Mariano Ortega acredita na passagem: "A equipa está confiante, mas cientes das responsabilidades. Temos tudo na nossa

mão, fizemos um bom jogo na Luz e ganhamos uma boa vantagem." Já o central Hugo Lima, um dos jovens jogadores formados na Luz, também quer cumprir os objetivos e ultrapassar o FyllingenBergen. "No desporto, tudo pode acontecer e por isso vamos dar tudo para vencer. Já aconteceram tantas histórias no andebol... Por isso, temos de estar concentrados", prometeu.

ABC procura vitória

Uma inédita final portuguesa na Challenge continua em aberto, mas a tarefa do ABC é bem mais complicada para passar à próxima fase. A turma de Braga defronta amanhã (17 horas) o Dukla de Praga, na Rep. Checa, com vantagem de apenas 1 golo (34-33).



CAPITÃO. João Pais é dos jogadores em destaque nas águas

CHALLENGE CUP

MEIAS-FINAIS

	1ª mão	2ª mão
Benfica-FyllingenBergen	35-22	19h45
ABC-HC Dukla Praga	34-33	amanhã (17h00)

um bom resultado em Braga, porque estivemos menos bem em algumas fases da partida. Mas vencemos e, agora, vamos com o objetivo de voltar a ganhar. Só com este espírito passaremos a eliminatória", sustentou o técnico, que tem como baixas o central Tomás Albuquerque e o pivô Ricardo Pesqueira, que não jogam mais esta época devido a lesão. ☀

Final aqui tão perto

Tipo Meio: Internet Data Publicação: 30-04-2016

Melo: Sábado Online

URL:http://www.sabado.pt/ultima_hora/detalhe/final_aqui_tao_perto.html

ABC tenta defender vantagem mínima diante do Dukla de Praga 01:14 . Record Por Record Com uma vantagem de 13 golos (35-22) alcançada na Luz frente ao FyllingenBergen, o Benfica tem hoje (19h45), na Noruega, uma margem de conforto apreciável para passar à final da Taça Challenge e, assim, repetir o feito de 2011, tendo então perdido com os eslovenos do Cimos Koper. Em declarações à BTV, o treinador Mariano Ortega acredita na passagem: "A equipa está confiante, mas cientes das responsabilidades. Temos tudo na nossa mão, fizemos um bom jogo na Luz e ganhámos uma boa vantagem." Já o central Hugo Lima, um dos jovens jogadores formados na Luz, também quer cumprir os objetivos e ultrapassar o FyllingenBergen. "No desporto, tudo pode acontecer e por isso vamos dar tudo para vencer. Já aconteceram tantas histórias no andebol. Por isso, temos de estar concentrados", prometeu.ABC procura vitóriaUma inédita final portuguesa na Challenge continua em aberto, mas a tarefa do ABC é bem mais complicada para passar à próxima fase. A turma de Braga defronta amanhã (17 horas) o Dukla de Praga, na Rep. Checa, com vantagem de apenas 1 golo (34-33).Carlos Resende, treinador do ABC, confia na passagem, apesar de todo o cuidado ser pouco: "O adversário tem valor e conseguiu um bom resultado em Braga, porque estivemos menos bem em algumas fases da partida. Mas vencemos e, agora, vamos com o objetivo de voltar a ganhar. Só com este espírito passaremos a eliminatória", sustentou o técnico, que tem como baixas o central Tomás Albuquerque e o pivô Ricardo Pesqueira, que não jogam mais esta época devido a lesão.

01:14 . Record



Madeira SAD joga amanhã para garantir um lugar na 'final four' da Taça de Portugal.

Maio 'endiabrado' para o Madeira SAD

HERBERTO DUARTE PEREIRA
desporto@dnnoticias.pt

Não se afirma nada fácil em termos competitivos, este final de Abril e, sobretudo, o mês de Maio para o Madeira Andebol SAD, em seniores femininos. A formação orientada por Sandra Fernandes tem pela frente um conjunto de encontros que decidirão tudo o que diz respeito à conquista ou não dos principais títulos nacionais da presente temporada: campeonato e taça.

Já amanhã, pelas 17 horas, há jogo em casa do Colégio João de Barros. O conjunto da Região inicia a disputa das meias-finais do campeonato da I Divisão, numa eliminatória realizada à maior de três encontros. O segundo jogo será no Funchal dia 7 de Maio e caso seja necessário o desempate a finalíssima será realizada logo no dia seguinte, 8 de Maio - a outra meia-final será entre o Colégio de Gaia e o campeão Alavarium.

Caso as andebolistas madeirenses garantam um lugar na final da competição duas realidades poderão acontecer. Se o outro finalista da prova for o Colégio de Gaia, considerado neste momento o grande candidato à conquista do título, depois do primeiro em 1990, as madeirenses deverão re-

EQUIPA FEMININA ESTÁ EM TODAS AS FRENTES NO ANDEBOL NACIONAL

ceber esta formação, no Funchal, nos dias 14 e 15 de Maio. Depois jogará em Gaia, 3.º e eventual 4.º jogo nos dias 21 e 22 de Maio. Caso a final esteja empatada a 'negra' será também em Gaia, no dia 26 de Maio. Se o finalista foi o Alavarium, a final também será disputada à maior de cinco partidas nas mesmas datas mas, neste caso, com vantagem para o Madeira SAD, que realizará no Funchal o 3.º e, caso necessário, o 4.º e 5.º jogo.

Em caso de eliminação na final o Madeira Andebol ainda irá disputar os jogos de apuramento do 3.º e 4.º lugar nos dias 14, 21 e 22 de Maio - eliminatória à melhor de três jogos.

A maratona competitiva, entretanto, deverá continuar nos dias 28 e 29 de Maio, com a realização na Madeira, Pavilhão do Funchal, da final a quatro da Taça de Portugal. Relembre-se que dia 28 de Maio o CS Madeira defronta o Juventude de Lis e o Madeira

SAD medirá forças com o Colégio de Gaia, por um lugar na final da Taça de Portugal, que se disputa dia 29 de Maio.

Vencer a eliminatória frente ao Colégio João Barros é para já, o primeiro grande desafio que se coloca às madeirenses como destaca a técnica Sandra Fernandes à reportagem do DIÁRIO.

"Não vai ser uma eliminatória fácil. O Colégio João de Barros é um dos candidatos ao título, apresenta um plantel de muita qualidade, com andebolistas internacionais. O Madeira SAD está por mérito próprio nesta fase da prova e pensamos que reunimos todas as condições para colocarmos a equipa na final, um facto que aliado à presença já garantida na final a quatro da Taça do Sports Madeira, permitirá projectar o andebol feminino madeirense para um patamar de excelência", vincou a técnica da 'sociedade', reforçando a ideia de que o "grande objectivo é chegar à final". "Por isso todas a energias estão focadas para já nesta eliminatória. Temos vindo a trabalhar bem, as jogadoras sabem do que será necessário fazer para apenas e só nos concentrarmos na luta pela vitória. Será, certamente, um jogo desgastante, mas estamos preparadas. Acredito na minha equipa", rematou.



Zona Azul já lidera a fase final do Nacional da 3.ª Divisão em Andebol

Um empurrão para a vitória

Um fim de semana com duplos compromissos no seu pavilhão. Uma primeira e importante vitória sobre o Oriental e um segundo triunfo, tão difícil quanto precioso, sobre a formação do Albicastrense.

Texto e foto Firmino Paixão

Como resultado da competição que a equipa mostrou nos dois jogos, e conjugando duas derrotas que o Vela de Tavira sofreu no mesmo espaço temporal, a equipa bejense isolou-se no primeiro lugar da Zona 2 da fase final do Campeonato Nacional da 3.ª Divisão em seniores masculinos. A seis jornadas do final a vantagem da equipa liderada por Hugo Estanque é de dois pontos para o



Líder Zona Azul de Beja já lidera a 2.ª fase do Nacional da 3.ª Divisão

Albicastrense e quatro para o Vela de Tavira. Sobre os ganhos de uma dupla jornada muita intensa, o técnico afirmou: "Foi um bom fim de semana em termos de resultados, no sábado conseguimos ganhar ao Oriental, uma equipa que nos dificulta muito a vida, porque tem um modelo de jogo complicado para nós. Sempre foi assim, é crónico". "Pensámos nesse jogo, sem nos fórmarmos em mais nada, mas depois de ganharmos

ao Oriental e do Vela de Tavira ter perdido com o Ginásio do Sul", ai sim, sublinha o técnico, a mira virou-se para o Albicastrense porque "discutímos o primeiro lugar mas o nosso objetivo, mais do que atingir o topo, era ganhar a este fortíssimo adversário. Foi um jogo difícil, é uma equipa que tem bons executantes, mas o público também correspondeu, galvanizou-nos e deu-nos um empurrãozinho para a vitória. Agora vamos ver".

Tolerância zero ao otimismo porque, avisou Hugo Estanque, "ainda não garantimos nada": "Repare que o Vela de Tavira tem estado na frente e de repente perdeu dois jogos e caiu para o terceiro lugar". No entanto, assumiu: "Estamos bem posicionados, somos líderes, mas continuaremos a pensar num jogo de cada vez. No final faremos as contas, queremos ganhar cada jogo e se o conseguirmos ficamos mais perto dos lugares de cima".

Andebol 3.ª Divisão Seniores masculinos, 2.ª fase (7.ª jornada): Sassoieiros-Samora, 27-23; Ginásio Sul-vela Tavira, 25-22; CCP Serpa-Albicastrense, 22-31; Zona Azul-Oriental, 28-25. Líder: Zona Azul. Próxima jornada (30/4): Sassoieiros-Zona Azul. CCP Serpa-Samora Correia (17 e 30 horas).



Andebol Juvenis Masculinos 2.ª fase (8.ª jornada): Évora A-Quinta Nova; 1.º Dezembro-Almada; Benfica B-Serpa; Zona Azul-Loures. Líder: 1.º Dezembro, Próxima jornada (30/4): 1.º Dezembro-Évora AC; CCP Serpa-Quinta Nova; Almada-Zona Azul; Loures-Benfica B.



Agenda: o que pode ver este sábado

Tipo Melo: Internet Data Publicação: 29-04-2016

Melo: Jogo Online (O)

URL:http://www.ojogo.pt/Extra/interior.aspx?content_id=5150683

Publicado

Agenda de eventos desportivos este sábado e o que pode ver na televisão

Andebol

Taça Challenge, meias-finais, 2.ª mão:

Fyllingen Bergen, Nor - Benfica, Por, 20h45 locais (19h45, horas de Lisboa).

Atletismo

Corrida Marginal Douro, na Marina de Gaia, às 17h00, com partida e chegada na zona pedonal de Canidelo, em Vila Nova de Gaia.

Prossegue Peneda-Gerês Trail Adventure, evento de trail running com várias provas, por etapas.

5.ª Corrida Dona Estefânia-Dia da Mãe, com partida na Avenida Brasília (frente à antiga FIL), em Lisboa, às 10h05.

Automobilismo

Grande Prémio da Rússia, 4.ª prova do Mundial de Fórmula 1, em Sochi, até 1 de maio (horas de Lisboa): Treinos livres, às 10h00. Qualificação, às 13h00.

Badminton

Prossegue Campeonato da Europa, 1.ª ronda, em La Roche Sur Yon, França, até 01/05.

Basquetebol

Liga, play-off, quartos de final, 3.º jogo:

Vitória de Guimarães - FC Porto, 15h00

Lusitânia - Benfica, 16h00 locais (17h00, horas de Lisboa)

Galitos Barreiro - Oliveirense, 21h30

Barcelos - Ovarensse, 21h30.

NBA, play-off, 2.ª ronda, 1.º jogo: Oklahoma - San Antonio, 01h30 (dia 01/05 em Lisboa).

Canoagem

Taça dos Pirenéus, 2.ª etapa, em Pau, França, com a participação de portugueses, até 01/05.

Canoagem de Mar: Prossegue Eurochallenger 2016, em Villajoyosa, Espanha, com a participação de portugueses, até 01/05.

Ciclismo

Taça de Portugal de Sub-23:

Estarreja (junto à Câmara Municipal) - Arouca (Paços do Concelho), 136,8 km (11h30/14h45

Volta às Astúrias, Espanha, com a participação das equipas do Louletano, Radio Popular-Boavista e W52-FC Porto, até 02/05.

Prossegue Volta à Turquia, com a participação de José Gonçalves, Domingos Gonçalves e Ricardo Vilela (Caja Rural), até 01/05.

Prossegue Volta à Romandia, Suíça, com a participação de Bruno Pires (Team Roth) e de Mário Costa e Rui Costa (Lampre-Merida), até 01/05.

Duatlo

II Duatlo Cidade do Cartaxo, constituído por provas de duatlo em BTT, na Praça 15 de Dezembro, junto à Câmara Municipal, às 14h00.

Futebol

I Liga, 32.ª jornada:

Tondela - Rio Ave, 16h00

Belenenses - Paços de Ferreira, 16h00

FC Porto - Sporting, 18h30 (SportTV1).

II Liga, 44.ª jornada:

Olhanense - Freamunde, 11h15 (SportTV1)

Braga B - Benfica B, 16h00

Vitória de Guimarães B - Covilhã, 16h00

Leixões - Famalicão, 16h00

Académico de Viseu - Feirense, 16h00

Varzim - Mafra, 16h00

Penafiel - Oriental, 16h00

Atlético - Santa Clara, 16h00

Desportivo das Aves - Gil Vicente, 16h00

Desportivo de Chaves - Farense, 16h00

Oliveirense - Portimonense, 16h00.

Liga inglesa, 36.^a jornada

Everton - Bournemouth, 15h00

Newcastle - Crystal Palace, 15h00

Stoke City - Sunderland, 15h00

Watford - Aston Villa, 15h00

West Bromwich - West Ham, 15h00

Arsenal - Norwich , 17h30.

Liga italiana, 36.^a jornada

Udinese - Torino, 17h00

Chievo - Fiorentina, 19h45.

Liga espanhola, 36.^a jornada

Real Sociedad - Real Madrid, 15h00 (SportTV2)

Atlético de Madrid - Rayo Vallecano, 17h15 (SportTV2)

Betis - FC Barcelona, 19h30 (SportTV2)

Granada - Las Palmas, 21h05.

Liga francesa, 36.^a jornada

Nantes - Nice, 13h00

Saint-Etienne - Toulouse, 16h00

Troyes - Bordéus, 18h00

Caen - Bastia, 18h00

Mónaco - Guingamp, 18h00

Lorient - Lille, 18h00

Reims - Montpellier, 18h00

Lyon - Ajaccio, 20h00.

Liga alemã, 32.^a jornada

Borussia Dortmund - Wolfsburgo, 14h30 (SportTV5)

Mainz - Hamburgo, 14h30

Darmstadt - Eintracht Frankfurt, 14h30

Hannover - Schalke 04, 14h30

Hoffenheim - Ingolstadt, 14h30

Bayern Munique - Borussia Mönchengladbach, 14h30 (SportTV3)

Bayer Leverkusen - Hertha Berlim, 17h30 (SportTV5).

Prossegue estágio da seleção portuguesa de sub-17, até 02/05:

Treino, na Cidade do Futebol, em Oeiras, às 10h00 (relvado 2).

Prossegue torneio quadrangular, em Cabo Verde, com a participação da seleção portuguesa de futebol de praia, na praia de Santa Maria, até 01/05:

Portugal - Inglaterra, 15h00 locais (17h00 de Lisboa, SportTV3)

Cabo Verde - Espanha, 16h15 locais (18h15 de Lisboa, SportTV3).

Futebol americano

Final da Liga Portuguesa de Futebol Americano (LPFA), no Estádio Prof. Dr. José Vieira de Carvalho, na Maia:

Algarve Sharks - Lisboa Devils, às 15h00.

Futsal

Liga, 26.^a jornada:

Belenenses - Quinta dos Lombos, 16h00

SL Olivais - Sporting, 16h00

Sporting de Braga - Burinhosa, 16h00

Modicus - Benfica, 16h00

Rio Ave - Fundão, 16h00

CS São João - Leões Porto Salvo, 16h00.

jogo em atraso da 13.^a jornada:

Boavista - ADC Gualtar, 16h00.

Estágio da seleção portuguesa de sub-15, até 01/05:

Concentração dos jogadores, no Centro de Estágios de Rio Maior, até às 21:30.

Treinos, no Pavilhão do Centro de Estágios de Rio Maior, às 10:00 e às 17:00.

Hóquei em patins

Taça CERS, Final four, no Pavilhão Municipal de Barcelos, até 01/05.

Meias-finais:

Óquei Barcelos, Por - Hockey Matera, Ita, 19h00

Sporting, Por - Vilafranca, Esp, 21h45.

Nacional, jogo antecipado da 23.^a jornada:

Física - HC Braga, 18h30.

Nacional, jogo em atraso da 20.^a jornada:

Candelária - Benfica, 21h00 locais (22h00, horas de Lisboa).

Râguebi

Nacional, 2.^a fase, apuramento de campeão.

Meias-finais, 1.^a jornada:

CDUL - Técnico, 14h00

Direito - GDS Cascais, 17h00.

Ténis

Prossegue Estoril Open 2016, no Clube de Ténis do Estoril, em Cascais

Prosseguem torneios de Munique (Ale) e Istambul (Tur), masculinos, e de Praga (Che), femininos, até 01/05.

Termina torneio de Rabat (Mar), femininos.

Todo-o-terreno

Baja TT de Reguengos, segunda prova do campeonato nacional, em Reguengos de Monsaraz, às 16h00.



Daniel Martins Árbitro internacional de andebol é, ao mesmo tempo, psicólogo. Fomos perceber em que medida o melhor conhecimento da mente humana lhe oferece ferramentas para gerir um jogo.

“Dentro do campo apenas analiso factos, nunca pensamentos”

Miguel Sampaio
miguel.sampaio@jornaldeleiria.pt

Normalmente faz dupla com o seu irmão Roberto. É uma vantagem?

É muito importante. Podemos dizer aquilo que nos apetece, porque sabemos que como irmãos aceitamos sempre, é mais apaziguado. Inclusivamente coisas que se fosse outra pessoa poderia ficar magoada. Há até amizades que se interrompem pelo que é dito num momento de elevada carga emocional.

Durante o jogo, como são as conversas com o seu irmão?

Depende. Nos jogos equilibrados, as nossas conversas assentam no comportamento dos jogadores e a forma como estão a defender, tecnicamente e ao nível do contacto físico. Nos jogos em que existe uma discrepância entre as equipas passa mais por nos motivarmos mutuamente, para que

Em destaque

“Olhando para o atleta percebo se está frustrado por ter falhado um remate, dois ou três, ou por não serem assinaladas faltas que ele quer que sejam faltas”

a nossa concentração não baixe, evitando que ocorram demasiados erros. **Fazem trabalho de casa?**

Claro. Em Portugal, analisamos todas as partidas que são transmitidas na televisão. Neste momento não temos acesso aos vídeos da Federação, exceptuando os do playoff. Quando chegamos a casa, às tantas da madrugada, a primeira coisa que fazemos é ver os nossos jogos, para saber se estivemos bem. Não descansamos enquanto não analisamos os lances mais críticos. Antes dos jogos também fazemos os trabalhos de casa. Analisamos as equipas que vão jogar, sobretudo os sistemas estratégicos que utilizam, para perceber onde existe a maior parte da conflitualidade e saber com quem podemos lidar. **Ser psicólogo dá uma ajuda.**

Neste campo é extremamente importante. Primeiro, porque sabemos que comportamento gera compor-

tamento. A experiência vai-nos ensinando estratégias e táticas para lidar com as situações, mas somos humanos e, por vezes, a defesa escapa. A pressão do público, do treinador, dos jogadores e todo o mediatismo que existe à volta de um jogo acaba por ser muita emoção para gerir. Tenho essa vantagem, porque consigo arranjar estratégias que minimizam a ansiedade que é provocada em mim, para poder depois analisar o comportamento do atleta e, muitas vezes, prevenir o que ele vai fazer.

Há árbitros que não autorizam que os jogadores falem com eles. Há outros que permitem e até aproveitam para explicar as decisões.

A comunicação é o meio instrumental mais poderoso que o ser humano tem à disposição. A forma como cada um a utiliza está relacionado com a sua personalidade. Existem jogadores e dirigentes que quando abordam o

árbitro tentam influenciar a decisão, não naquele lance, mas nos próximos. E normalmente, quando isto acontece, é na altura em que as emoções estão no auge. Quem não estiver preparado mentalmente para gerir nesse momento as emoções, opta então pela não comunicação.

O facto de perceber o que o jogador está a pensar ou a razão de determinada reacção tem de ficar de fora no momento da decisão.

Claro. Dentro de campo apenas analiso actos, nunca pensamentos. Olhando para o atleta percebo se está frustrado por ter falhado um remate, dois ou três, ou por não serem assinaladas faltas que ele quer que sejam faltas. Essa frustração vai-se acumulando e eu tenho a facilidade de perceber quando é que ele vai reagir de uma forma mais agressiva. Muitas vezes consigo prever uma frustração e acalmar o jogo, outras vezes não é possível.

Manos Martins

Na arbitragem “por brincadeira”

Depois de umas “quezilhas” com o treinador, Daniel Martins e o irmão, Roberto, deixaram o andebol do Núcleo do Desporto Amador de Pombal e, “por brincadeira”, decidiram frequentar o curso de árbitro. Fernando Humberto, antigo juiz internacional e responsável pela escola de formação, viu nos manos potencial para uma carreira de sucesso e decidiu juntá-los. “Entre os dois irmãos existe sempre uma rivalidade, de querer sempre ser o melhor. Quisemos sempre melhorar e investimos muito tempo, se calhar demasiado, na arbitragem”, sublinha Daniel Martins, de 35 anos, que com o irmão compõe a terceira dupla internacional portuguesa. Curiosamente, a entrada no curso de árbitros foi precisamente no mesmo ano em que começou a frequentar o curso de Psicologia e, acredita, “existe um complemento entre as partes desportiva e profissional”. Daniel Martins é actualmente director técnico do serviço de neuropsicologia do Hospital da Misericórdia de Sangalhos.

Pode dar um exemplo?

Num jogo de andebol feminino, a ponta estava tão frustrada de tanto falhar que quando chegou à defesa foi violenta para com a adversária. Aí não consegui prevenir, porque ela foi mais rápida do que eu, mas abordei a jogadora de forma tranquila e transmiti-lhe a calma. Foi excluída, dirigiu-se ao banco, acalmou-se e voltou ao jogo de uma forma completamente diferente. Nos masculinos é diferente, pois jogam de forma mais agressiva. Tento prever e perceber se vão fazer alguma coisa de forma intencional e, se assim for, reagimos de maneira diferente.

Já sentiram alguma embirração em particular?

Já tivemos jogadores que achavam que eram perseguidos. Mudaram de clube e continuavam a ser perseguidos. Acontece muito na avaliação dos passos. É o *feeling*, porque se achas que aquela forma é passos, então vais sempre apitar.

A pressão da bancada é difícil de gerir?

Vamos muito tranquilos para os jogos. Se temos controlo sobre nós e conseguimos pô-lo em campo, a pressão vindia da bancada é praticamente reduzida a zero.

É diferente em Portugal e no estrangeiro?

Em Portugal não é relativa ao jogo em si. Somos maltratados, logo de inicio. Quando estamos dentro das quatro linhas sabemos que aquele é o nosso forte e dali para fora pouco ou nada

Tiragem: 15000

País: Portugal

Período.: Semanal

Ámbito: Regional

Pág: 33

Cores: Cor

Área: 9,81 x 29,88 cm²

Corte: 2 de 2

nos pode influenciar. Na maioria dos países estrangeiros, a pressão recai muito mais sobre a equipa adversária, sobretudo quando têm posse de bola.

No campeonato português, o FC Porto, que vinha de mais de vinte vitórias consecutivas e é heptacampeão, foi surpreendentemente eliminado pelo Benfica na meia-final. Faltou trabalho de psicólogo para reabilitar a equipa depois da derrota inesperada no primeiro jogo?

Sem falar do caso em concreto, em todo o desporto de alto rendimento é essencial ter acompanhamento psicológico, sobretudo na gestão das emoções. Um exemplo: no dia em que bateu o próprio recorde mundial, entrou água para dentro dos óculos do Michael Phelps. Não parou, não hesitou, fez a competição toda de olhos fechados. E porquê? Porque tinha preparação mental e sabia ao pormenor tudo o que tinha de fazer.

É tão importante nas individuais como nas colectivas?

É igualmente importante, mas o foco é diferente. Nas individuais o objectivo é diminuir a ansiedade e prever os passos que terá de fazer para conseguir obter o resultado que está a imaginar. Numa modalidade colectiva em que haja muito contacto, como o andebol, existem várias influências, desde a forma como vamos fazer o remate, o impacto que vamos ter, e se for um impacto que nos magoa, como vamos reagir ou como podemos manter a calma para não reagirmos.

Toda as equipas têm um jogador problemático?

A minha experiência diz que há sempre alguém mais problemático. Mas também há sempre um líder dentro de cada equipa. Se conseguirmos descortinar quem é e se conseguirmos lidar com ele, é a pessoa certa para nos ajudar a lidar com a restante equipa.

O líder nem sempre é o mais óbvio.

Umas vezes é, outras não. É importante trazê-lo para o nosso lado. Há jogadores com mais carisma e esses são os que nos podem ajudar. É mais fácil falar com alguém que está alterado ou mais calmo? Se é um estranho à equipa, quem é que esse jogador vai ouvir? Um estranho que está calmo ou um colega de equipa que está calmo? Já consegue dizer quem é o líder das principais equipas?

Em Portugal conhecemos os jogadores todos. O que fazemos? Tentamos comunicar, não apenas de forma verbal, mas também corporal. Há jogadores que já nos entendem e sabem o que queremos dizer com determinados gestos. Há outros com quem temos mesmo de falar. Lá fora, a primeira tarefa é ver o aquecimento e tentar perceber como se relacionam entre si. Faço uma pequena análise comportamental.

Os treinadores condicionam o trabalho dos árbitros?

Quando uma equipa entra em declínio o treinador tira a pressão dos atletas e põe em cima dos árbitros. Se conseguirmos evitar que essa pressão venha toda para cima de nós, é uma boa estratégia para que o jogo decorra de forma mais saudável.



mais um título nacional de andebol em cadeira de rodas

Os imparáveis campeões da APD Leiria

Depois de há três semanas se ter sagrado bicampeã nacional da variante de quatro de andebol em cadeira de rodas, no passado sábado, na Torre da Marinha, Seixal, a equipa da delegação de Leiria da Associação Portuguesa de Deficientes (APD Leiria), também conseguiu revalidar o título nacional na variante de sete. A equipa orientada por João Jerónimo conseguiu arrecadar todos os títulos da pretérita temporada e este ano vai pelo mesmo caminho.

Logo de manhã, na meia-final da competição, começou por eliminar a APD Lisboa, por 19-12. À tarde o jogo foi frente ao Sporting, equipa que chegou ao jogo decisivo sem ter de jogar o acesso à final por desistência da APD Braga. Leiria foi outra vez mais forte, venceu por 16-8, e festejou com ale-



Mais um título, mais uma festa

ria. Apesar de habituados aos títulos, foi como se fosse o primeiro.

“Sem o trabalho que temos vindo a fazer todas as semanas não seríamos capazes de continuar a ser campeões”, sublinhou João Jerónimo, técnico e jogador da equipa, que valorizou a melhoria qualitativa dos adversários. “Dá ainda mais gosto vencer contra boas equipas, e é isso que cada vez mais tem vindo a acontecer.”

E ficou a mensagem para todos aqueles que passaram por uma situação difícil. “Demonstramos todos os dias que independentemente de ter ou não deficiência, é possível sermos grandes atletas. Por isso, convidamos todos aqueles que estejam em casa para virem experimentar o andebol. Desporto e competição toda a gente gosta.”

Andebol Politécnico de Leiria perdeu título nos *penalties*

No Campeonato Nacional Universitário, que decorreu na semana passada em Lisboa, a equipa de andebol masculino do Instituto Politécnico de Leiria perdeu, na final e após o desempate através de grandes penalidades (2-4), com a Associação Académica da Universidade de Aveiro. No tempo regulamentar (21-21) e no prolongamento (26-26) registaram-se empates. A equipa de Marco Afra repetiu o segundo lugar do ano passado.





Andebol APD-Leiria domina campeonato e ataca Taça de Portugal

As finais sucedem-se umas atrás das outras e com garantias dadas. A APD-Leiria conquistou mais uma medalha para o móvel dos troféus nacionais.

Após a conquista do campeonato na vertente ACR4, no passado sábado, no Seixal, a equipa leiriense venceu a categoria ACR7, tornando-se bicampeã nacional, à semelhança do que tinha alcançado na semana anterior.

Na meia final, a APD-Leiria defrontou a congénere de Lisboa, uma equipa bem organizada, que obrigou ao empenho dos atletas até aos minutos finais. A vitória por 19-12 garantiu o apuramento para a final, onde os leirienses defrontaram o Sporting, já apurados para o encontro, graças à desistência da APD-Braga.

O marcador foi esclarecedor da superioridade da formação leiriense, 16-8, com a equipa a elevar a taça de bicampeão nacional de andebol ACR7.

E com os campeonatos a chegar ao fim, maio vai ser um mês repleto para a APD-Leiria. No próximo domingo, dia 1, a equipa tem agendada as meias finais da Taça de Portugal, de andebol, em ACR4 e ACR7, na Maia, tendo como adversários as duas equipas que esta época já os derrotaram: AA Rovisco Pais e APD-Porto.

Para 7 e 8 de maio está agendada a final four da Taça de Portugal de Basquetebol em cadeira de rodas e no fim de semana seguinte, a 14 de maio, a final do campeonato nacional de basquetebol, onde a APD-Leiria procura conquistar o tricampeonato.

**Desporto**

**APD Leiria soma
vitórias e vive
mais uma época
de ouro Pág.23**

Às vezes acontece cada coisa...

E. A. Moimenta da Beira 9–19 A. C. Lamego

Às vezes acontece cada coisa... que nem dá para explicar a jovens de 11 e 12 anos o que esta a acontecer.

Quando se está a lidar com crianças tão novas o objetivo principal deveria ser sempre formar e todos os intervenientes do jogo deveriam contribuir para isso. Obviamente que isso não é fácil de fazer, mas quando nem se quer se tenta torna-se mais complicado e o Andebol Club de Lamego quer é crescer, quer que todos os seus atletas cheguem a patamares sempre superiores.

Este ano este escalão tem a sorte de contar com atletas muito fortes fisicamente e tecnicamente muito evoluídos, fruto de um trabalho de três anos na base que permite agora ter esta equipa magnifica que ainda não perdeu esta época. Mesmo não tendo qualquer derrota, o objetivo principal é mesmo formar e dar oportunidade a todos de jogarem e de se divertirem. Em termos de filosofia desportiva o A. C. Lamego para estes escalões o A. C. Lamego defende o modelo defensivo onde exista uma marcação individual em que todos os jogadores têm de marcar o seu estando sempre entre o atacante e a baliza. Hoje e para espanto de todos a arbitra do encontro disse aos responsáveis do nosso clube que não era permitido obrigando o A. C. Lamego a recuar no terreno.

Neste tipo de coisas nem é o resultado que interessa mas sim a preocupação do nosso clube que trabalha de uma forma séria para atingir os seus objetivos. Assim com estas situações não é fácil de competir depois mais tarde numa primeira divisão e isso preocupa os responsáveis do Andebol Club de Lamego.

Mas pronto, às vezes acontece cada coisa...

Jogaram pelo A. C. Lamego: Francisco Alves, Rafael Silva, Guilherme Taveira, José Nuno, Francisco Pinto, João Andrade, João Maçãs, Eduardo Vieira, Daniel Paiva, David Guedes, João Almeida, João Avelino e João Oliveira.

Treinadores: Luís Machado e Daniel Taveira

Diretores: Tânia Taveira e Manuel Oliveira

Escrito por: Treinador Luis Machado (escalão de minis)

Tiragem: 6000

País: Portugal

Período.: Semanal

Âmbito: Regional

Pág: 9

Cores: Cor

Área: 8,89 x 18,62 cm²

Corte: 1 de 1



Citius, Altius, Fortius (mais rápido, mais alto, mais forte)

Resultado: A.C. Lamego 18 - 17 ACOF

Quando a família do Andebol se junta há sempre festa e foi isso que aconteceu no passado dia 23 de abril. Uma tarde de festa onde a equipa B do escalão de Infantis do A. C. Lamego se juntou, numa vitória emotiva, ao escalão de Juvenis.

Numa primeira parte fácil para a nossa equipa, com o passar do tempo e com os acertos do adversário tudo se tornou mais difícil.

Foi um jogo onde todos tiveram a oportunidade de jogar. Uma equipa constituída por 5 Infantis, 6 Minis de segundo ano e 3 Minis de primeiro ano é demonstrativo do objectivo deste clube. FORMAR. Esta é a palavra chave nos princípios basilares deste clube. Formamos para sermos sempre melhores, para irmos mais longe, para sermos mais fortes.

Jogaram pelo A.C. Lamego: Rui Rodrigues, Francisco Pinto, Guilherme Pinto, Eduardo Vieira, José Fonseca, Guilherme Taveira, Martim Sousa, Luis Batista, Joel Santos, José Lamelas, Diogo Lucena, Daniel Luís,

Treinadores: Daniel Taveira e João Reis.

*Escrito por: Daniel Taveira, Treinador
A.C. Lamego (escalão de Infantis)*

Tiragem: 6000

País: Portugal

Period.: Semanal

Âmbito: Regional

Pág: 10

Cores: Cor

Área: 9,10 x 13,86 cm²

Corte: 1 de 1





Andebol sénior já só depende de si

[DR]



Numa partida importantíssima para as contas de apuramento para a fase de subida à I Divisão Nacional, a equipa sénior de andebol do Vitória foi ao terreno do Almada vencer por 29-25, na penúltima jornada da fase regular, voltando ao 3.º lugar, o último de acesso à discussão da promoção.

Além do triunfo, os sadiços beneficiaram do desaire do Alto do Moinho diante do Benfica B (23-25) para subir uma posição.

Na última ronda do

campeonato, naquela que se perspetua uma autêntica final para a armada vitoriana, os pupilos de António Santos recebem o Juve Lis (6.º), em partida agendada para sábado às 18 horas no Pavilhão Antoine Velge. Em caso de triunfo, confirmam a qualificação.

Eis a classificação atual dos cinco primeiros, os já apurados e os que ainda podem garantir o apuramento: 1.º Boa Hora, 69 pontos; 2.º Sismaria, 64; 3.º Vitória, 59; 4.º Marienses, 59; 5.º Alto do Moinho, 58.



MUITO ANDEBOL NO ACV

Domingo foi sinónimo de andebol no ACV Andebol Clube. Os minis masculinos defrontaram na Escola André Soares, em Braga, as formações da Póvoa de Lanhoso, do Arsenal e André Soares de Braga. As equipas de iniciadas femininas deslocaram-se a Espinho, defrontando adversárias (Juvemar) dois escalões acima, mas, ainda assim, deram bem conta de si. O dia terminou no Pavilhão Municipal "Terras de Vermeio", com as Seniores Femininas ACV a defrontar as congéneres portuenses do Académico F. C. num jogo pautado pelo equilíbrio que acabou desfavorável (24-26) à formação ACV por meros detalhes.



Póvoa Andebol com fim de semana vitorioso

No passado fim de semana, a equipa de minis do Póvoa Andebol venceu o Gondomar, enquanto os infantis derrotaram o Leça. Também vitoriosos estiveram os iniciados, ao vencer o FC Porto, e os juvenis que venceram em casa a equipa do Gaia.

Apenas os seniores não saborearam a vitória, acumulando um empate frente ao SVR Benfica.

"Resultados bastante positivos de todas as equipas, exceto da equipa sénior que não foi além de um empate. No entanto, as equipas da formação conseguiram excelentes resultados, deixando bons indícios para a parte final da temporada", sublinhou o clube.



Andebol: Iniciados da AEDFR continuam no 1º lugar

■ Em partida da 5ª jornada do Campeonato Nacional Juvenis Masculinos, 1ª Divisão, 2ª Fase, Grupo B - Zona 3, o Cister SA, recebeu e venceu o CD Pateira, (30-26)

Juvenis Femininos

No Torneio Primavera em Juvenis femininos na 3ª jornada, o Cister SA

perdeu em casa com alguma surpresa com a C. Benfica C. Branco, (25-26).

Iniciados Masculinos

Em jogo da 7ª jornada do Torneio Primavera em Iniciados Masculinos, o Externato Dom Fuas Roupinho venceu fora a AD Portomosense, (9-30), enquanto o Cister SA, foi derrotado pelo

NDA Pombal, (34-22). Em partidas da 6ª ronda, a AEDF Roupinho perdeu no seu reduto com a AC Sismaria (23-25), enquanto o Cister SA venceu em casa a AD Portomosense (21-17).

Iniciados Femininos

Na 7ª ronda do Campeonato Nacional Iniciados Femininos 2ª Fase, Zona 3, o

Externato Dom Fuas Roupinho, perdeu em casa com o Lagoa AC, (22-41). Na 6ª jornada, o Externato Dom Fuas Roupinho, foi derrotado no seu pavilhão pelo SIM Porto Salvo, (15-28).

Infantis Femininos

Na 3ª e última jornada do Campeonato Nacional de Infantis

Femininos, Zona 4, 4ª onda, 2ª Divisão, o Externato Dom Fuas Roupinho perdeu em casa com o SIR 1º Maio, (20-29). A equipa nazarena ficou no 2º lugar com quatro pontos. Na 4ª ronda, o Externato Dom Fuas Roupinho venceu fora por margem folgada o Batalha AC- (2-39). ■ JJP





**Hugo
Santos,**

atleta gondomarense de 24 anos, joga andebol no FC Porto há já vários anos, sente o clube como poucos e fez dos obstáculos verdadeiras catapultas para alcançar o sucesso na sua “tão querida” ponta-esquerda. Os dois momentos em que foi emprestado a outros clubes demonstraram a sua enorme qualid-

dade e vontade de vencer, sendo que o seu regresso aos dragões acabou por ser uma consequência disso mesmo.

Texto: Tiago Nogueira

Como foi a tua caminhada no FC Porto até à titularidade?

Hugo Santos (HS) - Nem sempre foi fácil, tinha um treinador muito exigente... Foi complicado lidar com ele [Obradovic] principalmente no inicio, até ter a sua confiança, que foi uma tarefa bastante difícil. Passei por momentos menos bons, mas depois chegou uma altura em que me senti realmente preparado para jogar mais tempo e estar presente em mais momentos ao longo da época. Claro que a ajuda dos meus colegas também foi fundamental para atingir esse estatuto.

E qual é para ti o significado de representar o FC Porto?

HS - É um orgulho gigante, visto que também sou portista desde pequenino e este é o meu clube do coração. É sempre melhor estarmos num clube em que nos identificamos com a cultura e onde sentimos verdadeiramente o símbolo que carregamos ao peito.

Tens a ambição de jogar no estrangeiro?

HS - Claro que toda a gente gostava de experimentar outros patamares competitivos. Contudo, sinto que aqui em Portugal não podia estar melhor. Estou perto da minha fa-

Hugo Santos: “Só quero jogar no FC Porto e fazer uma carreira irrepreensível com esta camisola”

começou a jogar no FC Porto e eu, com esse acompanhamento assíduo, também despertei uma paixão pela modalidade e comecei a praticar.

E porque não o futebol? O que fez a diferença?

HS - Apesar de também gostar muito de futebol, convivia mais com o andebol e acho que fui ganhando algum jeito para jogar. Apercebiam-se da minha qualidade e hoje acho que a melhor opção.

Sempre jogaste como ponta-esquerda ao longo da tua carreira?

HS - Nas camadas jovens joguei sempre como central, mas tenho noção que quanto mais ia subindo - escalões e exigência competitiva - com o meu porte físico ia tornando-se cada vez mais complicado competir como central. A partir dos Juvenis passei para a ponta-esquerda e desde então continuo lá. É totalmente diferente, mas agora sei que tomei uma boa decisão e é onde me sinto melhor a jogar andebol.

Queres falar-me um pouco da tua alcunha de "penetra"?

HS - Isso já é um bocado do passado [risos]. Foi durante a minha formação. Por ser pequenino e na altura jogar como central eu conseguia ultrapassar os meus adversários por espaços muito reduzidos, onde mais ninguém conseguisse passar.

Percuso:

- FC Porto desde os 7 anos de idade
- Vigorosa por empréstimo no escalão de Juvenis
- No escalão de Juniores foi jogar pelos Seniores do ISMAI
- Regressou ao FC Porto na temporada de 2013/2014

Títulos:

- 4 Campeonatos Nacionais
- 1 Supertaça Portuguesa
- 1 Campeonato Olímpico Universitário

Entretanto já representaste a nossa seleção nacional. Como foi o sentimento de receber a primeira convocatória?

HS - É sempre muito bom ser chamado à seleção portuguesa. Na altura não estava à espera, foi por uma infelicidade de um jogador que costuma ser convocado. Foi um orgulho gigante a minha primeira internacionalização e acho que o nosso país tem ganho mais visibilidade no panorama internacional, sendo a excelente participação do FC Porto na Champions também ajudou.

Tens algum ídolo no andebol?

HS - Todos temos os nossos ídolos. As minhas grandes referências são o Uwe Gensheimer, ponta-esquerda do Rhein-Neckar Löwen, e o Martin Stranovsky, um atleta eslovaco que também joga como ponta-esquerda.

Alguma vez jogaste por algum clube gondomarense?

HS - Não, nunca tive essa oportunidade.

Gostarias de ser mais reconhecido pela autarquia, uma vez que a Câmara Municipal de Gondomar organizou uma Gala do Desporto e tu não estavas nomeado?

HS - Penso que todos gostamos de ser reconhecidos pelos nossos méritos. Mas isso não é uma prioridade para mim nem fico desiludido com essa falta de reconhecimento por parte da autarquia. No entanto, claro que é sempre agradável sermos reconhecidos pela terra onde crescemos e vivemos.

Como está a ser esta fase da tua carreira, uma vez que te encontras lesionado?

HS - Nunca é fácil ficar de fora, muito menos nesta altura pois estamos numa fase de grandes decisões. No entanto, sei que estou próximo de voltar e estou a fazer muito por isso.

Quais são, na tua opinião, as grandes bases para teres alcançado este sucesso?

HS - As grandes bases são a paixão, a qualidade do trabalho e, sem qualquer dúvida, todo o apoio das pessoas que estão mais próximas de mim. Sem tudo isto era realmente impossível. ■

ID: 64205917

01-04-2016

Tiragem: 10000**País:** Portugal**Período:** Mensal**Âmbito:** Regional**Pág:** 1**Cores:** Cor**Área:** 5,02 x 3,52 cm²**Corte:** 2 de 2

Desporto

Hugo Santos:
entrevista ao andebolista
gondomarense do FC
Porto

> Pág. 33