
CISION®
PRESS BOOK

Revista de Imprensa

1. ANDEBOL - Rota acessível até ao Euro-2026, Bola (A), 22/03/2024 1

2. ANDEBOL - APURAMENTO, Correio da Manhã, 22/03/2024 2

3. TV Audiências, Correio da Manhã - Boa Onda, 22/03/2024 3

4. HOJE ESPECIAL - 126.° ANIVERSÁRIO SC VIANENSE, Correio do Minho, 22/03/2024 4

5. Andebol - Portugal já conhece adversários na luta para o Euro 2026, Correio do Minho, 22/03/2024 7

6. Ferreira-a-Nova celebra o seu dia com diversas atividades, Diário As Beiras, 22/03/2024 8

7. 1.750 atletas vão competir na 12.° edição do Termas Cup em São Pedro do Sul, Diário de Viseu, 22/03/2024 9

8. 1.750 atletas vão competir na 12.º edição do Termas Cup (São Pedro do Sul), Diário de Viseu Online, 22/03/2024 10

9. LUSOS COM POLÓNIA, ROMÉNIA E ISRAEL, JM, 22/03/2024 11

10. Seleção tem rota para Euro´26, Jogo (O), 22/03/2024 12

11. ANDEBOL - CLÁSSICO DE TÍTULO ANTES DA FASE FINAL, Jogo (O), 22/03/2024 13

12. ZONA MISTA - Portugal com Polónia, Roménia e Israel, Jornal de Notícias, 22/03/2024 14

13. ANDEBOL - Já há rivais na corrida ao Euro´2026, Record, 22/03/2024 15

14. APOSTAS DESPORTIVAS - Futebol continua com a maior fatia, Record, 22/03/2024 16

15. Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos, Sapo Online - Sapo Desporto Online, 22/03/2024 17

16. Tempo de Compensação: Não é só ao domingo à tarde que se dá um belo passeio, Sapo Online - Sapo Desporto Online, 22/03/2024 24

CISION

A BOLA

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 88,52cm²
Âmbito: Desporto e Veículos
Period.: Diária
Pág: 29

ID: 110230358 22-03-2024



ANDEBOL

Rota acessível até ao Euro-2026

→ *Portugal defronta Polónia, Roménia e Israel na qualificação para Europeu nórdico*

A seleção portuguesa ficou a conhecer ontem os adversários na qualificação para o Europeu 2026. Os Heróis do Mar ficaram no Grupo 8, juntamente com Polónia, Roménia e Israel. Em declarações ao site da Federação de Andebol de Portugal, o selecionador Paulo Jorge Pereira defende que o sorteio dá a Portugal boas perspetivas de apuramento. «Polónia é uma equipa forte, a Roménia trocou de treinador recentemente e está numa fase de renovação e Israel que já conhecemos. Teoricamente é um grupo que nos permite aceder ao Europeu, mas não há sorteios bons ou maus, vamos preparar os jogos seriamente para, mais uma vez, estarmos na fase final», declarou. Apuram-se para a fase final os dois primeiros classificados de cada grupo, bem como os quatro melhores terceiros classificados. A qualificação começa em novembro e termina em maio de 2025, num total de seis jornadas. A fase final vai decorrer em três países: Dinamarca, Suécia e Noruega. Além dos três países organizadores, a França, campeã europeia também já está apurada. A.E.

CISION

CORREIO da manhã

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 19,95cm²
Âmbito: Informação Geral
Period.: Diária
Pág: 32

ID: 110229146 22-03-2024



ANDEBOL APURAMENTO

Após o sorteio de ontem, o selecionador nacional de andebol, Paulo Jorge Pereira, disse que o grupo de Portugal, com Polónia, Roménia e Israel, "teoricamente pode permitir aceder ao Euro 2026".

CISION

CORREIO da manhã

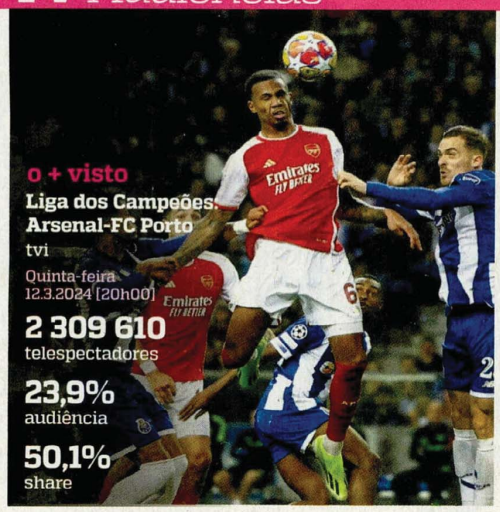
Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 578,55cm²
Âmbito: TV e Jogos
Period.: Semanal
Pág: 22

ID: 110230960

22-03-2024 | BOA ONDA



TV Audiências



o + visto

Liga dos Campeões: Arsenal-FC Porto
tvi
Quinta-feira 12.3.2024 [20h00]
2 309 610 telespectadores
23,9% audiência
50,1% share

programa + visto

em telespectadores

jovens 4 aos 14 anos

tvi
Arsenal-FC Porto
73 880

sic
Atalanta-Sporting
71 680

rtp 1
Telejornal
36 430

rtp 2
De Lisboa a Estocolmo
9280

adultos

tvi
Arsenal-FC Porto
1 761 760

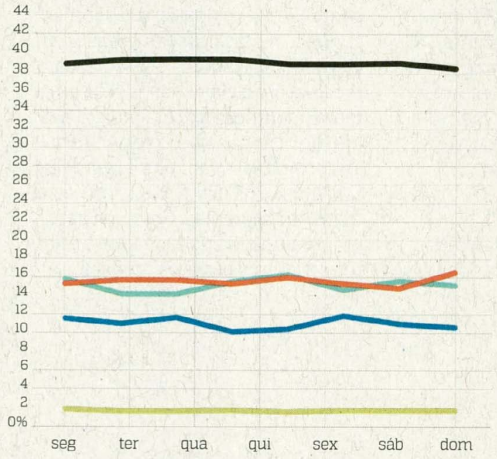
sic
Atalanta-Sporting
1 497 860

rtp 1
O Preço Certo
868 470

rtp 2
Andebol: Hungria-Port...
114 230

dia a dia

cabo **39,7%** tvi **16,5%** sic **15,0%** rtp 1 **10,2%** rtp 2 **0,8%**



top 15 tv por cabo (%)

tvi	16,5
sic	15,0
rtp 1	10,2
CMTV	5,9
cnn p	2,5
sic n	2,3
hollywood	1,7
star ch	1,6
tvi ficção	1,6
tvi reality	1,3
globo	1,2
star mov	1,1
sic mulher	1,0
axn	1,0
star life	0,9

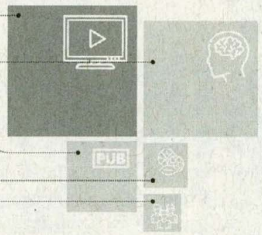
Fonte CAEM/GfK

o minuto + visto

22h48	20h41	19h57	21h28
terça tvi	quinta sic	quarta rtp 1	domingo rtp 2
Arsenal-FC Porto	**Atalanta-Sporting**	**O Preço Certo**	**Hungria-Portugal**
2 309 610 telespect.	**1 854 680** telespect.	**1 113 280** telespect.	**223 800** telespect.
50,1% share	**36,0%** share	**23,7%** share	**4,2%** share

o que + se vê na tv

tempo dispendido por tipologia de programas



ficção **18h 55' 34"**
cultura geral/conhec. **14h 55' 40"**
publicidade **09h 25' 55"**
desporto **07h 55' 57"**
juventude **06h 19' 24"**

CISION

Correio do Minho

ID: 110231149

22-03-2024

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 1201,64cm²

Âmbito: Regional
Period.: Diária
Pág: 28-29,1





126 ANOS DE HISTÓRIA

‘Velhinho’ SC Vianense é cada vez mais jovial

SPORT CLUBE VIANENSE celebra 126 anos de existência. Longevidade, resiliência e espírito de conquista, num exemplo de verdadeiro ecletismo que até se confunde com a cidade.

No país são poucos os exemplos de associações desportivas com uma longevidade semelhante à do SC Vianense, que é mesmo, no que toca ao futebol, a principal modalidade, o clube que há mais tempo a pratica, de forma ininterrupta.

Tudo começou a 13 de Março de 1898, instituindo-se, desde logo, as primeiras modalidades: náutica, velocipedia, esgrima, ginástica e tiro. Fora o ponto de partida para aquilo que se tornaria num verdadeiro exemplo de ecletismo, com a disponibilização, ao longo dos anos, de uma vasta e diversa oferta desportiva, que incluiu, entre outras, as seguintes modalidades, para além, claro, do futebol: Hóquei, voleibol, basquetebol, judo, karaté, kung fu, ténis de mesa, danças de salão, bilhar, atletismo, ciclismo, vela, remo, natação, pesca desportiva, ténis, futsal, polo aquático ou futebol de praia. A grande maioria da modalidades que ainda hoje se praticam em Viana do Castelo tiveram no SC Vianense o sue principal dinamizador. Um clube que se confunde com a cidade e o concelho.

Naturalmente, nem tudo foi um mar de rosas, ao longo de mais de um século de vida, mas a verdade é que a vitalidade do SC Vianense se mantém intocável e pronta a dar passos em frente no futuro.

No futebol sénior, a luta da equipa passa pela tentativa de manutenção e estabilização na Liga 3.

História

Principais momentos de um trajecto muito rico

1902 - Aprovados os estatutos do SC Vianense

1924 - Estreia da equipa de polo aquático

1924 - Estreia no Campeonato de Portugal de futebol, com vitória sobre o SC Braga (2-1)

1925 - Conquista do primeiro grande título (Campeonato do Minho), com triunfo em Braga, no Campo do Raio, por 2-1

1927 - Carolino Ramos sagra-se campeão nacional de Tiro

1927 - Manuel Seixas. ciclista do SC Vianense, termina a Volta a Portugal em 2.º lugar

1936 - Estreia na II Liga, com goleada à Ovarense, por 6-0

1948 - Triunfo sobre o Benfica e empate com o Boavita nas comemorações do 50.º aniversário

1949 - Primeiro jogo na Taça de Portugal, vitória por 2-0 sobre o Sporting de Fafe

1958 - Joseph Szabo contratado para orientar o SC Vianense, após títulos no FC Porto

1961 - Manuel Torres, ciclista do clube, sagra-se campeão nacional júnior de perseguição

1978 - Jogo de estreia da primeira equipa feminina do SC Vianense

1981/82 - José Alves e Fernanda Varajão sagram-se campeões nacionais de Pesca Desportiva, no escalão júnior

1986 - Criação da claque ‘Garra Azul’

1989 - Viviana Silva sagra-se campeã nacional de judo, no escalão juvenil

1995 - Pedro , Lino e Renato Borges sagram-se campeões nacionais de Kung-Fu

1999 - Equipa sénior do SC Vianense sagra-se campeã nacional da III Divisão de futebol

CISION

Correio do Minho

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 1201,64cm²
Âmbito: Regional
Period.: Diária
Pág: 28-29,1

ID: 110231149
22-03-2024

OBJECTIVOS

Alargar oferta desportiva e "refuncionalizar" estádio

Jorge Sárria,
presidente da AF V. Castelo
"Dou os parabéns à família do Sport Clube Vianense, que é o clube mais antigo do distrito de Viana do Castelo e um dos mais antigos do país. Desejo que, daqui em diante, continue a mostrar uma grande pujança, quer no futebol, quer noutras modalidades. Está agora numa fase decisiva da época, a lutar pela manutenção na Liga 3. É de saudar e registar a longevidade do clube."



RUI PEDRO SILVA lidera os destinos do clube desde 2015. Traçando o quadro actual, dirigente olha para o futuro e aponta necessidades prementes para continuar a evoluir.

É na resiliência que o líder do clube encontra a palavra para melhor definir o percurso deste emblema histórico que dirige há quase nove anos.

"A nossa preocupação é a mesma desde o primeiro dia em que assumimos funções no clube. Queremos dar o melhor de nós, em cada dia, em prol do SC Vianense, criando condições para que o futuro do clube seja sempre melhor do que o presente e passado", assinalou Rui Pedro Silva, que termina o actual mandato , o terceiro, em Maio.

"Futuro? Como tem sido norma, serão sempre os associados a tomar conhecimento daquilo que será a nossa decisão relativamente à nossa continuidade ou não. Teremos, a curto-prazo, duas Assembleias e numa delas iremos abordar essa questão e daremos a conhecer aos associados qual é a nossa intenção", explicou o dirigente, que vê margem de crescimento no clube.

"Ao longos destes 126 anos, é um clube de um enorme ecletismo. Quase todas as modalidades desportivas que hoje são praticadas no concelho tiveram origem no SC Vianense. Por motivos vários, o clube fez o que muitos outros fizeram, que foi, de certa forma, fechar-se sobre a prática do futebol. Desde que assumimos funções temos tentado contrariar um pouco essa tendência e reganhar a dimensão eclética do clube. O objectivo passa um pouco por aí, no sentido de termos uma oferta desportiva mais variada e alargada e que tenha qualidade, sendo principalmente direccionada para os escalões etários mais baixos." Para isso, há projectos criados e à espera de luz verde.

"No que diz respeito a instalações, o projecto verdadeiramente central e uma necessidade extrema e urgentíssima de resolução, naquilo que é o nosso projecto e que já demos a conhecer, não só aos nossos associados como às próprias instituições, passa pela refuncionalização do Estádio Dr. José de Matos e com a transformação desse mesmo espaço num centro de formação e treino, que sirva toda a aérea de formação do SC Vianense, quer no masculino quer no feminino. Esse é o projecto central, não só para a gestão actual, mas sobretudo para aquilo que é um futuro sustentado e no qual tenhamos condições para termos uma oferta desportiva de qualidade", explica, falando também da vertente desportiva.

"Estamos ainda numa fase embrionária de consolidação de um projecto recente, que foi a criação da Sociedade Anónima Desportiva [SAD], para a gestão do futebol de competição. Este é um percurso que temos desenvolvido de há dois anos a esta parte e que tem vindo a correr muito bem. No primeiro ano conseguimos ascender à Liga 3 e estar presentes na final do Campeonato de Portugal. Neste momento estamos a lutar pela manutenção nessa mesma Liga 3 que é um patamar competitivo bastante interessante."

Oferta desportiva

Recuperação da modalidade de Andebol é a próxima aposta

Para além do futebol, fazem ainda parte do leque da oferta desportiva modalidades como o judo, dança desportiva, ténis de mesa e, mais recentemente, também automobilismo e bilhar, esta última com resultados de excelência no ano passado, com a conquista de títulos nacionais por parte da atleta Vânia Franco. De resto, e a curto-prazo, no âmbito de um protocolo celebrado com a Federação de Andebol de Portugal, o SC Vianense avançará também para a criação de uma secção da modalidade

Publicidade

CISION

Correio do Minho

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 1201,64cm²
Âmbito: Regional
Period.: Diária
Pág: 28-29,1

ID: 110231149

22-03-2024



CISION

Correio do Minho

ID: 110231155

22-03-2024

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 55,89cm²
Âmbito: Regional
Period.: Diária
Pág: 40



Andebol

Portugal já conhece adversários na luta para o Euro 2026

Decorreu ontem, em Copenhaga, o sorteio da Qualificação da 17.ª edição do Campeonato da Europa, que se realiza em 2026, naquela que poderá ser a quarta participação consecutiva de Portugal.

Os lusitanos vão disputar a fase de qualificação do EHF Euro 2026 contra as selecções nacionais da Polónia, Roménia e Israel como ditou o sorteio realizado em Copenhaga.

Paulo Pereira, seleccionador nacional, analisou o Grupo 8 e enalteceu ainda a presença no primeiro pote: "gostaria de ressalvar que Portugal se encontra, mais uma vez, no Pote 1 tendo em conta a performance nas competições anteriores, isto tem sido mais ou menos recorrente, o que depois nos posiciona da melhor forma no sorteio".

CISION

DIÁRIO as beiras

ID: 110231885

22-03-2024

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 172,24cm²
Âmbito: Regional
Period.: Diária
Pág: 11



Ferreira-a-Nova celebra o seu dia com diversas atividades

A Freguesia de Ferreira-a-Nova celebra este domingo o seu dia. A efeméride é assinalada com diversas atividades.

O dia começa com a receção dos participantes. Seguem-se um passeio de bicicleta pela freguesia, pequeno-almoço (em Santana), jogo de andebol em cadeira de rodas (na sede do Grupo Juvenil S. Tomé) e almoço (nas instalações da junta de freguesia).

Após o repasto, procede-se ao descerramento de uma placa alusiva às obras de requalificação do edifício da junta de freguesia.

O programa fica concluído com um concerto da Filarmónica Santanense e a atuação do rancho Rosas de Maio e do grupo de dança Anjos d'Azul.

Ferreira-a-Nova é uma freguesia da zona gandaresa do Norte da Figueira da Foz. Integra este concelho desde 1853, depois de ter pertencido aos extintos concelhos de Alhadas e Maiorca, entretanto também integrados no território figueirense.

Esta freguesia ganhou mais dimensão territorial e população em 2013, com a agregação da extinta freguesia de Santana. Em 2021, segundo os Censos daquele ano, Ferreira-a-Nova tinha 2.117 habitantes.

CISION

Diário de Viseu

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 515,04cm²
Âmbito: Regional
Period.: Diária
Pág: 11

ID: 110231489

22-03-2024



1.750 atletas vão competir na 12.º edição do Termas Cup em São Pedro do Sul

Iniciativa O objetivo é promover a modalidade do andebol, ao mesmo tempo que se dinamiza o concelho. Evento que tem dado resultados e que este ano cresce no número de desportistas, que no total vão disputar 350 jogos

Andebol
12.º Termas Andebol Cup

Rafael Teixeira

O Andebol Termas Cup regressa para a sua 12.ª edição. Serão três dias de prática desportiva, com 11 pavilhões a receber jogos em simultâneo, todo o dia, das 8h30 às 21h00. No total, serão disputadas 350 partidas de andebol entre os 1750 atletas que vão competir no concelho. "São Pedro do sul foi o primeiro a arrancar com um torneio com estas dimensões e é um orgulho poder trabalhar com clubes com este reconhecimento e que defendem o Interior. Quando se quer é possível e a Academia de Andebol de São Pedro do Sul construiu esta realidade de trabalhar com os melhores". O elogio dirigido à ADAASPS era proferido pelo presidente da Associação de Andebol de Viseu, Joaquim Escada, que apresentou esta semana o torneio no Parque Urbano das Nogueiras, no concelho sampedrense.

Torneio está agendado entre os dias 28 e 30 de março.

RAFAEL TEIXEIRA



Organização frisa que evento desportivo dura três dias e serão jogados, em 11 pavilhões, por 130 equipas, 350 jogos. Os atletas: 1.750

O evento, cujo objetivo principal é continuar a promover a modalidade na região, conta com o apoio dos Agrupamentos de Escolas de Vouzela e São Pedro do Sul, assim como o de Vouzela e de Santa Trapa. Aí, serão alojados os atletas ao longo dos doas da competição e as cantinas escolares serviram as refeições. "A própria Misericórdia colabora connosco para receber as equipas", acrescenta o coordenador e professor na ADAASPS, Carlos Pires.

Assim, o apoio logístico é, este ano, "muito maior".

Apesar do evento ter o seu epicentro na cidade termal, este é, para Joaquim Escada, um torneio que já extravasa o concelho de São Pedro do Sul, até porque haverá jogos no pavilhão do estabelecimento prisional de Viseu. Aliás, o torneio tem até uma dimensão internacional, já que depois das inscrições estarem fechadas houve pressão de equipas espanholas para se poderem juntar.

"Do ponto de vista teórico seremos a 'capital do desporto', pelo menos nos próximos 15 dias", ilaciona o vice-presidente da autarquia sampedrense, Pedro Mouro.

"São Pedro do Sul é termas e mais um tanto e esse tanto é desporto. Costumo dizer que o concelho é de artistas e desportistas. Quando pensamos que o evento não pode crescer, a academia diz que o evento será maior, com mais participantes e mais logística. O Termas Cup não para de crescer e estamos a trabalhar para que os nossos praticantes e técnicos também possam crescer", complementa Joaquim Escada."

A câmara [sampedrense] tem sido exemplo de apoio ao associativismo e no que concerne ao andebol é um 'exemplérrimo", frisa.

O evento só é possível, defende a organização, graças ao apoio dos voluntários neste torneio, como os familiares dos próprios atletas. Uma enchente também positiva para o negócio dos alojamentos locais, "tal como tem acontecido nas edições anteriores", diz Carlos Pires.

Apesar de toda a logística que o evento envolve – a organização fala de nove mil refeições para serem servidas – há ainda fatores 'superiores' dos quais se dependem. O clima: "O meu último apelo é ao São Pedro", graceja o vice-presidente.

"O município aposta no desporto como uma âncora para dinamizar o concelho e os resultados dos anos anteriores permitem-nos dizer que traz muita gente a São Pedro do sul. É uma aposta ganha e as famílias acabam por voltar ao concelho porque nos dizem que gostaram tanto de visitar", termina.

1.750 atletas vão competir na 12.º edição do Termas Cup (São Pedro do Sul)

Tipo Meio: Internet Data Publicação: 22/03/2024

Meio: Diário de Viseu Online

URL: https://www.diarioviseu.pt/noticia/127498

O Andebol Termas Cup regressa para a sua 12.ª edição. Serão três dias de prática desportiva, com 11 pavilhões a receber jogos em simultâneo, todo o dia, das 8h30 às 21h00. No total, serão disputadas 350 partidas de andebol entre os 1750 atletas que vão competir no concelho.

O Andebol Termas Cup regressa para a sua 12.ª edição. Serão três dias de prática desportiva, com 11 pavilhões a receber jogos em simultâneo, todo o dia, das 8h30 às 21h00. No total, serão disputadas 350 partidas de andebol entre os 1750 atletas que vão competir no concelho.

"São Pedro do sul foi o primeiro a arrancar com um torneio com estas dimensões e é um orgulho poder trabalhar com clubes com este reconhecimento e que defendem o Interior.

Quando se quer é possível e a Academia de Andebol de São Pedro do Sul construiu esta realidade de trabalhar com os melhores". O elogio dirigido à ADAASPS era proferido pelo presidente da Associação de Andebol de Viseu, Joaquim Escada, que apresentou esta semana o torneio no Parque Urbano das Nogueiras, no concelho sampedrense.

Torneio está agendado entre os dias 28 e 30 de março.

O evento, cujo objetivo principal é continuar a promover a modalidade na região, conta com o apoio dos Agrupamentos de Escolas de Vouzela e São Pedro do Sul, assim como o de Vouzela e de Santa Trapa. Aí, serão alojados os atletas ao longo dos doas da competição e as cantinas escolares serviram as refeições. "A própria Misericórdia colabora connosco para receber as equipas", acrescenta o coordenador e professor na ADAASPS, Carlos Pires.Assim, o apoio logístico é, este ano, "muito maior".

CISION

ID: 110230869

JM

22-03-2024

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 161,84cm²

Âmbito: Regional
Period.: Diária
Pág: 34



LUSOS COM POLÓNIA, ROMÉNIA E ISRAEL

Portugal vai disputar a fase de qualificação para o Euro2026 de andebol com Polónia, Roménia e Israel, ditou o sorteio realizado ontem, em Copenhaga, na Dinamarca, um dos países coorganizadores da fase final.

A qualificação para o Euro2026 decorre de 7 de novembro a 11 de maio de 2025, sendo que os dois primeiros classificados de cada um dos oito grupos apuram-se para a fase final, aos quais se juntarão os quatro melhores terceiros posicionados.

A campeã em título França e os três coorganizadores escandinavos - Dinamarca, Suécia e Noruega – estão diretamente apurados para o Euro2026, que irá decorrer de 15 de janeiro a 1 de fevereiro de 2026.



FOTO DR

Portugueses conheceram adversários ontem.

CISION

O JOGO

ID: 110228296

22-03-2024

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 192,85cm²
Âmbito: Desporto e Veículos
Period.: Diária
Pág: 28



Seleção tem rota para Euro'26

●●●A Seleção Nacional de andebol ficou integrada no Grupo 8 de apuramento para o Campeonato da Europa de 2026 – a realizar na Dinamarca, Suécia e Noruega, entre 15 de janeiro e 1 de fevereiro – com Polónia, Roménia e Israel. "Teoricamente é um grupo que nos permite aceder ao EHF Euro 2026. Portanto, agora vamos trabalhar da mesma maneira como até aqui e depois vamos ver como as coisas vão correndo", disse Paulo Jorge Pereira, em dia de aniversário (59 anos), ao site da Federação de Andebol de Portugal. "A Polónia é uma equipa forte, a Roménia trocou de treinador recentemente e está numa fase de renovação e Israel que já conhecemos", prosseguiu o amarantino, considerando que "não há sorteios bons ou maus", pelo é preciso "preparar os jogos seriamente para, mais uma vez, estarmos noutro Europeu".

Refira-se que se apuram os dois primeiros classificados e os quatro melhores terceiros, contando, neste caso, apenas os resultados dos jogos contra as duas primeiras seleções de cada grupo. —RUI GUIMARÃES



"Vamos trabalhar da mesma maneira e vendo como as coisas vão correndo"

Paulo Jorge Pereira
Selecionador nacional



FACEBOOK MILLENNIUM ESTORIL OPEN

Kiko Costa e Luís Frade no pré-olímpico

CISION

O JOGO

ID: 110228291

22-03-2024

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 527,8cm²

Âmbito: Desporto e Veículos
Period.: Diária
Pág: 28



ANDEBOL Sporting-FC Porto, da 22.ª e última jornada da fase regular do Campeonato, pode deixar o cenário mais nítido sobre a luta pelo título em caso de vitória leonina

CLÁSSICO DE TÍTULO ANTES DA FASE FINAL



MÁRIO VASA / GLOBAL IMAGENS

Martim Costa perante Leonel Fernandes e Pedro Valdés no último jogo com o FC Porto em Alvalade

"Apelo a todos os sportinguistas que nos ajudem e venham ao Pavilhão João Rocha"

Salvador Salvador
Lateral-esquerdo do Sporting

Vamos lá dar o melhor de nós e posicionar-nos para disputarmos a segunda fase"

Ignacio Plaza
Pivô do FC Porto

Conjuntos estão cientes da situação: caso ganhem os verdes e brancos, ficam com as portas para o título escancaradas; se forem os dragões, sobem as possibilidades de ainda chegarem ao pentacampeonato.

RUI GUIMARÃES

●●● "Temos de continuar a colocar o pé no acelerador, continuar a ganhar. Estamos confiantes e focados. Ainda não vencemos o FC Porto em casa e acreditamos que este jogo vai ter uma história diferente". Estas são palavras de grande confiança de Salvador Salvador, capitão do Sporting, referindo-se ao clássico de amanhã, às 18h00, no Pavilhão João Rocha, com o FC Porto. Um encontro de grande importância, uma vez que, em caso de vitória, os leões arrancarão a fase final (13/14 de abril) com quatro pontos de avanço sobre dragões e águias, ou seja, podendo perder em duas de seis jornadas, quando levam 21 vitórias em outros tantos duelos.

Em caso de vitória, Sporting irá para a fase final com, pelo menos, mais quatro pontos do que FC Porto e Benfica

"Encaramos esta fase da época como uma final, vamos disputar todas as decisões. Sabemos que tem sido uma temporada de altos e baixos, mas ainda estamos a lutar por tudo", lembrou, por outro lado, Ignacio Plaza, pivô espanhol dos azuis e brancos, ciente de que um triunfo em Alvalade coloca os dois emblemas com apenas dois pontos a separá-los. "Vamos tentar ganhar todos os jogos, que enfrentamos como finais, começando já contra o Sporting. É muito importante ir a Lisboa dar uma imagem competitiva e estarmos todos juntos como equipa até ao fim", avisou o atleta de 30 anos.

"Temos tido bons resultados no Campeonato e na Europa e o nosso foco está em melhorar dia após dia para chegar a este jogo ao mais alto nível", aludiu de novo Salvador Salvador, terminando: "O ambiente em casa tem sido extraordinário e acredito que neste jogo não vai ser diferente".

CISION

Jornal de Notícias

ID: 110228170

22-03-2024

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 81,2cm²
Âmbito: Informação Geral
Period.: Diária
Pág: 43



ZONA MISTA

Portugal com Polónia, Roménia e Israel

ANDEBOL A seleção portuguesa vai discutir o apuramento para o Campeonato da Europa de 2026 com Polónia, Roménia e Israel, ditou o sorteio realizado em Copenhaga, na Dinamarca, um dos países coorganizadores da fase final. A qualificação para o Europeu decorre entre 7 de novembro e 11 de maio de 2025, sendo que os dois primeiros classificados de cada um dos oito grupos e os quatro melhores terceiros apuram-se para o torneio.

CISION

Record

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 79,8cm²
Âmbito: Desporto e Veículos
Period.: Diária
Pág: 28

ID: 110230093 22-03-2024



ANDEBOL

Já há rivais na corrida ao Euro'2026

Portugal vai disputar a fase de qualificação para o Euro'2026 com Polónia, Roménia e Israel, ditou o sorteio realizado ontem em Copenhaga, na Dinamarca, um dos países coorganizadores da fase final. A qualificação decorre de 7 de novembro a 11 de maio de 2025, sendo que os dois primeiros classificados de cada um dos oito grupos apuram-se para a fase final, aos quais se juntarão os quatro melhores terceiros. A campeã em título França e os três coorganizadores (Dinamarca, Suécia e Noruega) estão diretamente apurados para o Euro, que irá decorrer de 15 de janeiro a 1 de fevereiro.

"A Polónia é uma equipa forte, a Roménia trocou de treinador recentemente e está numa fase de renovação e Israel já conhecemos. Vamos trabalhar da mesma maneira como até aqui", comentou o selecionador Paulo Pereira.

CISION

Record

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 129,68cm²
Âmbito: Desporto e Veículos
Period.: Diária
Pág: 31

ID: 110229901 22-03-2024



APOSTAS DESPORTIVAS

Futebol continua com a maior fatia

O futebol voltou a levar a maior fatia em 2023 das receitas provenientes das apostas desportivas. Ao todo, foi contemplado com 37,9 milhões de euros para a respetiva federação e 12,3 para a Liga de Futebol, num total de 67 milhões destinados a todas as federações. Os dados divulgados pela Santa Casa à Lusa mostram ainda um aumento das receitas destinadas ao desporto de 8,5 por cento em relação a 2022.

A seguir ao futebol, as federações de basquetebol e ténis foram as que receberam os valores mais altos, sendo que a do badminton, por exemplo, triplicou os valores, para os 96 mil euros. No fundo da tabela está a Federação de Surf, com apenas com um euro.

Em 2023, as apostas desportivas na Internet representaram um volume de negócio total de 1.721 ME em 2023, mais 16% do que no ano anterior (1.481 ME).

VERBA ATRIBUÍDA

Federação de Futebol	37,9 ME
Liga de Futebol	12,3 ME
Federação de Ténis	9,1 ME
Federação de Basquetebol	5,2 ME
Federação Desportos de Inverno	1,1 ME
Federação de Voleibol	500 mil
Federação de Andebol	417 mil
Federação de Badminton	96 mil
Federação de Bilhar	51 mil
Federação de Râguebi	45 mil
Federação de Patinagem	50 mil
Federação de Motociclismo	2.848 euros
Federação de Natação	2.401 euros
Federação de Ciclismo	2.110 euros
Federação de Atletismo	580 euros
Federação de Golfe	553 euros
Federação de Hóquei em campo	71 euros
Federação de Surf	1 euro

Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos

Tipo Meio:	Internet	Data Publicação:	22/03/2024
Meio:	Sapo Online - Sapo Desporto Online	Autores:	Pedro Miguel Marques

URL: http://www.pt.cision.com/s/?l=500560ca

Sabia que há uma vertente do andebol na qual não se pode correr nem há contacto físico? Destinado a 'jovens' com mais de 60 anos, o Walking Handball tem como principal foco a prática regular de exercício físico em idosos que pretendam manter um estilo de vida saudável. Procura, ao mesmo tempo, combater o isolamento social e promover a atividade desportiva entre os mais velhos. O objetivo é, pois, primeiro que tudo, que os sorrisos superem as tristezas e que o convívio ponha fim ao sentimento de solidão, tornando o andebol ainda mais acessível para todos.

Não deixa, claro, de ser curioso que numa modalidade como o andebol, por norma jogada de forma tão veloz, com tanta intensidade e tanto contacto físico, por vezes apelidada até de 'râguebi de pavilhão', tenha nascido esta vertente, jogada sem correrias, a um ritmo bem mais lento, adaptada a idosos, que assim podem manter-se em forma e exercitar-se jogando andebol sem arriscarem lesões.

A verdade é que o Walking Handball está a crescer e a cativar cada vez mais praticantes. E Portugal não é exceção. O SAPO Desporto foi perceber melhor qual a realidade de uma vertente do andebol ainda a dar os primeiros passos no nosso país, fruto de um projeto pioneiro (e para já único) do Xico Andebol, emblema histórico de Guimarães e do andebol nacional, que desde há muito olha para a componente social com especial atenção.

Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiroO walking handball nasceu nos Países Baixos" data-title="Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro - Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiroNo Walking Handball a ideia base é a de que a prática regular de atividade física, incluindo combinações de equilíbrio, força, resistência, marcha e treino, estejam associadas à melhoria da qualidade de vida dos idosos, procurando potenciar um envelhecimento saudável." data-title="Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro - Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiroUma variante jogada sem correrias, a um ritmo bem mais lento do que o andebol tradicional, adaptada a idosos, que assim podem manter-se em forma e exercitar-se jogando andebol sem arriscarem lesões." data-title="Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro - Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiroProcura combater o isolamento social e promover a atividade desportiva entre os mais velhos. " data-title="Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro - Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiroO Xico Andebol desenvolve diferentes

ações e iniciativas com vista a incentivar a prática desportiva entre jovens, adultos e, agora, idosos. Foi com esse propósito que surgiu a ideia de introduzir no clube a variante do walking handball" data-title="Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro - Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiroA estrutura está montada e está em linha com a das restantes equipas do clube. Neste momento são 14 os atletas, com as idades a variarem entre os 60 e os 77 anos, tendo já havido um atleta com 82 anos" data-title="Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro - Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro" data-title="Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro - Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro" data-title="Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro - Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro" data-title="Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro - Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro" data-title="Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro - Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro" data-title="Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro - Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro" data-title="Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro - Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro" data-title="Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro - Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro" data-title="Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro - Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro" data-title="Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro - Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro" data-title="Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro - Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro" data-title="Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro - Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro" data-title="Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro - Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro" data-title="Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro - Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro" data-title="Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro - Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro" data-title="Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro - Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro" data-title="Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro - Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro" data-title="Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro - Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro" data-title="Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro - Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro" data-title="Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro - Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro" data-title="Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro - Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro" data-title="Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro - Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro" data-title="Xico Andebol aposta no Walking Handball com projeto pioneiro - Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

O que é, afinal, o Walking Handball? E como surgiu?
No Walking Handball o sucesso desportivo não é nem nunca será a prioridade. A ideia base é a de que a prática regular de atividade física, incluindo combinações de equilíbrio, força, resistência, marcha e treino, estejam associadas à melhoria da qualidade de vida dos idosos, procurando potenciar um envelhecimento saudável. A modalidade é disputada a um ritmo mais lento. Tal como no andebol 'normal', o jogador pode apenas dar três passos com a bola na mão. Mas não pode correr. Apenas pode driblar, passar ou rematar, sem qualquer tipo de contacto físico.

Nasceu nos Países Baixos, nação onde é dada grande importância ao desporto como veículo da manutenção da boa forma física e onde o andebol, apesar de estar atrás do futebol ou do ciclismo no que toca aos desportos mais praticados, tem vindo a ganhar popularidade. A ideia surgiu de uma cooperação entre a Associação Holandesa de Andebol (NHV) e o Fundo Nacional Holandês para Idosos. Os dois organismos uniram forças e criaram esta vertente da modalidade, com a colaboração de um antigo andebolista internacional neerlandês, Leon van Schie, que ajudou a também a implementar o plano.

O arranque oficial teve lugar em 2019, com a criação da OldStars, uma equipa composta por pessoas com idades entre os 55 e os 85 anos. Aos poucos, o interesse foi crescendo cada vez mais, foram surgindo mais equipas e passaram a ser disputados torneios regulares onde são respeitadas as regras

elaboradas por Van Schie.

A popularidade do walking handball, nos Países Baixos, aumentou exponencialmente. Atualmente, existem já mais de 30 clubes onde é possível praticar a modalidade, com grupos de 10 a 20 pessoas em cada equipa, sendo que 70 por cento dos praticantes não tinham, antes, qualquer ligação com ao andebol.

A aposta do Xico Andebol no Walking Handball
Com quase 80 anos de História, o 'velhinho' Desportivo Francisco de Holanda, desde 2009 conhecido por Clube Desportivo Xico Andebol, é um símbolo da cidade de Guimarães e do andebol português. Desde sempre, este emblema vimaranense procurou promover e difundir a prática desportiva, cultural e recreativa junto da comunidade onde se insere, proporcionando a todos os seus atletas uma educação cívica e desportiva de qualidade, baseada em princípios como o bem-estar, a solidariedade, a saúde, a integração e o desenvolvimento sustentável.

"A componente social tem a importância que tem no nosso clube porque sempre tivemos esse papel de proximidade com o nosso público e está-nos no sangue. Tentamos procurar sempre quem necessite do nosso apoio, de forma a manter essa nossa vertente que é histórica, que sempre foi sinónimo deste clube, mesmo nos tempos mais difíceis", sublinha Mauro Fernandes, presidente do clube.

Ao assumir esse seu papel de responsabilidade social, e contribuindo para o desenvolvimento da comunidade e da sociedade em geral, o Xico Andebol desenvolve diferentes ações e iniciativas com vista a incentivar a prática desportiva entre jovens, adultos e, agora, idosos. Foi com esse propósito que surgiu a ideia de introduzir no clube a variante do walking handball, projeto pioneiro e ainda único em Portugal, como nos explicou Mauro Fernandes.

"O walking handball surgiu-me quando, a meio da pandemia, numa formação junto da Federação Portuguesa de Futebol, em 2020, foi apresentada uma tese sobre o walking football. De imediato pensei em transpor isso para o andebol", recorda.
"Escolhemos um público-alvo 80 por cento feminino, pessoas que estivessem a braços com alguns problemas do ponto de vista depressivo"
"Fizemos uma investigação sobre o tema, mas quisemos ter uma componente diferenciadora, ligada à questão da psicologia. Escolhemos um público-alvo 80 por cento feminino, pessoas que estivessem a braços com alguns problemas do ponto de vista depressivo, por estar isoladas ou com outros tipos de dificuldades. Queríamos ajudá-las, por via desta modalidade específica, e estamos a conseguir. É esta a missão principal do walking handball no Xico. Passaram dois anos e já sentimos melhorias, comprovadas com relatórios e documentos elaborados por pessoas que estão a trabalhar connosco nesta matéria", prossegue.

O projeto enquadra-se na aposta feita pelo Xico Andebol em subscrever a Agenda 2030 das Nações Unidas, constituída por 17 objetivos, aprovada pelos líderes mundiais numa cimeira em Nova Iorque. "Um desses objetivos é, por exemplo, combater as desigualdades e nós, por esta via, quisemos encaixar dois projetos muito fortes na área social: o andebol adaptado e o walking handball, respondendo assim ao nosso plano estratégico", refere Mauro Fernandes.

Dois anos volvidos, Mauro Fernandes fala do que já foi alcançado. "Sendo um projeto inovador, tínhamos de ganhar experiência e ver se aquilo que desenhámos se concretizava. E vejo uma evolução enorme. Chegámos a ter duas equipas, a treinar em dois dias diferentes por semana, na altura em parceria com a Universidade Sénior em Guimarães, mas reajustámos o projeto, porque as pessoas vindas da Universidade Sénior são pessoas com estímulos, com um tipo de vida diferente, que não encaixavam propriamente na teoria que nós queremos desenvolver. Então reduzimos as duas equipas a uma só, mas que respondesse às nossas expectativas, ajudando pessoas com algumas fragilidades", recorda.

" data-title="Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos -

SAPO Desporto"

"Nessa perspetiva, tivemos uma grande evolução. Conseguimos fazer ligações e parcerias com instituições como o Hospital da Luz e o Instituto de Estudos Europeus, que é quem nos dá o suporte de uma componente científica, com alunos da licenciatura em desporto que vêm cá fazer testes e avaliar o próprio projeto, dando-lhe uma componente científica e académica", continua.

A estrutura está montada e está em linha com a das restantes equipas do clube. Neste momento são 14 os atletas, com as idades a variarem entre os 60 e os 77 anos, tendo já havido um atleta com 82 anos. Contam com um treinador especializado, licenciado em desporto e que é também o coordenador dos escalões de formação do Xico Andebol, tendo um profundo conhecimento na matéria. Os treinos são às quartas-feiras e a acompanhar cada treino está um psicólogo, que aborda essa componente psicológica junto dos atletas, trabalhando as suas capacidades cognitivas e tentando contrariar problemas que estes possam ter esse nível.

De forma a contribuir ainda mais para que os atletas do walking handball se sintam integrados no clube, Mauro Fernandes conta-nos que tiveram a ideia de fazer coincidir a hora do fim do treino com a do início dos treinos das equipas jovens, levando assim a uma conciliação entre as faixas etárias, o que torna a experiência ainda mais enriquecedora para todos. "Estamos até a pensar em aumentar esta ligação com as outras equipas de alta competição, nomeadamente às equipas seniores", avança o dirigente, que não esconde a alegria que sente ao ver a felicidade dos atletas.
"Esse feedback de felicidade que as pessoas têm tido e que esta atividade tem promovido é talvez aquilo que nos faz insistir ainda mais"
"É fantástico vê-los a rirem-se como crianças. Durante o treino estão sempre a rir, sempre a meter-se uns com os outros e temos aqui pessoas que sofriam de depressão. Esse feedback de felicidade que as pessoas têm tido e que esta atividade tem promovido é talvez aquilo que nos faz insistir ainda mais: a satisfação com que estas pessoas vêm semanalmente aqui, é isso que nos motiva a continuar com um projeto que financeiramente não é rentável, mas que acaba por não ser um prejuízo porque o investimento nas pessoas tem sempre um retorno, mesmo que não financeiro. E esse retorno é a evolução, a felicidade, o bem que se está a praticar nestas pessoas. Tudo isso faz-nos insistir", sublinha.

Então, quais são os próximos passos? "Depois desta evolução e deste amadurecimento, tendo nós o projeto completamente estabelecido, estamos numa segunda fase de começar a olhar para fora e procurar outros clubes que queiram abraçar algo idêntico, de forma a trazer alguma competição aos nossos atletas. Estamos a iniciar alguns convites, disponibilizando-nos para partilhar a nossa experiência", conta-nos Mauro Fernandes.

Em Portugal, contudo, para já ainda não há mais equipas. "De Setúbal já nos pediram algumas informações e há uma Junta de Freguesia a tentar implementar uma iniciativa idêntica. Mas não existe ainda mais nenhum projeto. O Xico foi o primeiro e até agora ainda não há mais, porque não é fácil. Os apoios são escassos e não chegam para manter toda a estrutura necessária", lamenta o presidente do clube vimaranense. "Percebo essa dificuldade, porque nós próprios a temos. Investimos porque acreditamos mesmo no que estamos a desenvolver", frisa.

" data-title="Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos - SAPO Desporto"

"Esta vertente da modalidade devia ser agarrada por uma Federação Portuguesa de Andebol, ou por uma instituição com capacidade de alargar os projetos, levando a que os clubes a abracem, tornando-a numa realidade a nível nacional. Haverá também uma espécie de área cinzenta no que toca ao andebol para estas idades, porque há também um projeto europeu - sem estas preocupações a nível social, mas sim com uma componente mais competitiva - de criar provas de andebol para veteranos. Talvez isso, na perspetiva da Federação, não seja 100 por cento compatível com aquela que é a nossa ideia para o walking handball", pondera Mauro Fernandes.

Assim, e se o walking handball não crescer de outra forma, o Xico Andebol promete continuar a colocar mãos à obra por si só .

"Se não tivermos feedback positivo para o alargamento e envolvimento de outros, a nossa ideia é termos, mesmo nós, duas equipas, como já tivemos, e garantir, entre estas duas equipas, o primeiro campeonato, ou mini-campeonato, sendo que já temos as condições para o fazer, uma vez que são cinco jogadores de cada lado, portanto, dá até para fazer quase três equipas. Mas, como este é um grupo que tem estado a trabalhar junto, não o queremos dividir...A nossa ideia é criar espaço para um segundo grupo e permitir fazer, oficialmente, a primeira competição, que serviria também como mais uma chamariz para esta variante do andebol, até para corresponder à necessidade de dar o gosto competitivo aos atletas", termina.

O walking handball na primeira pessoa

Mas como é, então, para alguém que, aos olhos da sociedade, já não é visto como um 'atleta', jogar walking handball? O SAPO Desporto conversou com duas das jogadoras do Xico Andebol, que nos falaram da alegria que sentem nos treinos e dos benefícios que a prática da modalidade lhes tem trazido.

Maria José tem 67 anos e, em jovem, enquanto estudava, jogou andebol. "Passados estes anos todos convidaram-me. Pensei que não ia gostar, porque era a andar, mas gosto imenso. Estou a adorar. O bichinho veio ao de cima, mesmo já estando velhota!", conta-nos.

Foi há cerca de meio ano que descobriu o walking handball, através de uma amiga. "Pensei, 'Olha, porque não? vou tentar'. Experimentei e gostei. Apaixonei-me logo na primeira vez. Claro que, como tinha jogado andebol, de início fazia muitas faltas, porque me esquecia e corria. Agora continuo porque, para além de me fazer muito bem, foi-se construindo uma grande amizade entre todos. É mesmo muito bom. Os treinos são muito divertidos e para pessoas que estavam mais sós e não praticavam desporto, este convívio faz muito bem. E fazemos sempre dez minutos de testes com um psicólogo, para ver como está a nossa cabeça. É importante e muito giro. O treinador também é espetacular", diz.

Para Maria José, o único lamento é a modalidade estar ainda pouco divulgada. "É uma pena as pessoas não saberem ainda bem como funciona, porque acho que muita gente, senhoras ou homens, iriam gostar", garante. Até porque, tendo ela jogado andebol quando era mais jovem, gostava de ter alguma competição. "É pena não haver outras equipas para defrontar. Ia gostar imenso. Treinar é muito engraçado, claro, mas falta aquele lado competitivo, que até vamos tendo entre nós, mas não é a mesma coisa", explica.

"Faz-nos falta pormos à prova a nossa capacidade. Muita gente acha que a partir dos 60 anos as mulheres e os homens já estão arrumados. Não é assim", remata. "Ainda temos muito para dar!".

Com 68 anos, Emília Pinto é um ano mais velha do que a colega, mas mostra o mesmo entusiasmo. "Fizeram-me o convite para experimentar este jogo que não conhecia mesmo. E eu fui. Estou reformada e gosto de estar ativa, não queria estar em casa. Fui com o intuito só de ver, nunca pensando que ia gostar tanto como gostei. Agora já vou na segunda época!", conta-nos.

"Estou sempre à espera da quarta-feira para ir treinar! Gosto muito! É uma hora que passa rápido. Estou mesmo a adorar. É um desporto que faz bem à mente e às vezes até tenho vontade de correr, mas não posso. Há que cumprir as regras. Sinto-me uma felizarda. Quando treinamos parecemos crianças, parece que estou na adolescência. Quando meto golos até salto de alegria!"

Amante de futebol e do seu V.Guimarães, Maria Emília confessa que pouco ou nada sabia de andebol. Agora é diferente e até já vê os jogos quando dão na televisão. "Não ligava nada ao andebol. Agora vejo os jogos. Ainda agora vi a seleção. E percebo as regras, as táticas.

"Fez-me muito bem, até, a nível psicológico. Sinto-me melhor, até porque nos treinos, para além do exercício físico, também trabalhamos a cabeça. E o convívio faz-nos muito bem. Ali ninguém é melhor que ninguém! Estou grata ao Xico Andebol e a esta modalidade, que é muito fixe! ", diz, antes de se despedir. Palavras que dizem tudo sobre uma modalidade que, pelo que representa e pelo que tem na sua génese, merece crescer e chegar a ainda mais pessoas como a Maria José e a Emília Pinto.

Seja o melhor treinador de bancada!

[Additional Text]:
Walking Handball: O andebol a passo que, passo a passo, ajuda à inclusão dos idosos

Pedro Miguel Marques

Tempo de Compensação: Não é só ao domingo à tarde que se dá um belo passeio

Tipo Meio: Internet Data Publicação: 22/03/2024

Meio: Sapo Online - Sapo Desporto Online

URL: http://www.pt.cision.com/s/?l=cb104f51

Portugal venceu a Suécia por 5-2, em mais um particular de preparação para o Euro 2024. Num jogo marcado pela estreia do vitoriano Jota Silva, que entrou aos 63 minutos, em pleno D. Afonso Henriques, ao intervalo a seleção já vencia por 3-0 com golos de Rafael Leão, Matheus Nunes e Bruno Fernandes. Na segunda parte, Bruma e Gonçalo Ramos apontaram mais dois, enquanto na Suécia o incontornável Gyokeres e Gustaf Nilsson fizeram os golos da equipa escandinava.

Luis Rubiales diz que vai voltar a Espanha quando tiver de voltar, algo que segundo a justiça do antigo dirigente deve acontecer a 6 de abril.

É a reação do ex-presidente da Real Federação Espanhola ao mandado de detenção emitido pelo Ministério Público Espanhol por suspeitas de envolvimento de Rubiales em crimes de corrupção ligados a contratos irregulares celebrados pela federação espanhola desde 2018, período em que o organismo esteve sob a sua presidência e que inclui a realização da Supertaça espanhola de futebol na Arábia Saudita. A República Dominicana, país onde se encontra Rubiales, não tem acordo de extradição com Espanha.

Portugal vai disputar a fase de qualificação para o Euro2026 de andebol com Polónia, Roménia e Israel.

Para Paulo Jorge Pereira, Portugal está inserido num grupo que "teoricamente pode permitir aceder ao europeu. A qualificação para o Euro 2026 decorre de 7 de novembro a 11 de maio de 2025, sendo que cada um dos oito grupos apura os dois primeiros classificados para a fase final, aos quais se juntarão os melhores quatro terceiros posicionados.

De segunda a sexta-feira, o SAPO Desporto traz-lhe o essencial da informação desportiva em formato podcast. O Tempo de Compensação é para ficar atualizado logo pela manhã e informado para o resto do dia.

Seja o melhor treinador de bancada!

[Additional Text]:
Tempo de Compensação: Não é só ao domingo à tarde que se dá um belo passeio