

Revista de Imprensa – 22.01.2026

Revista de Imprensa

1. Europeu de Andebol, Antena 1 - Notícias, 22/01/2026 1

2. Europeu de Andebol, Renascença - Notícias, 22/01/2026 2

3. Seleção Portuguesa de Andebol, TSF - Grande Jornal, 22/01/2026 3

4. Europeu de Andebol, Renascença - Notícias, 22/01/2026 4

5. Europeu de Andebol, Rádio Comercial - Notícias, 22/01/2026 5

6. Europeu de Andebol, Antena 1 - Notícias, 22/01/2026 6

7. Europeu de Andebol, TSF - Noticiário, 22/01/2026 7

8. Europeu de Andebol, SIC - Edição da Manhã, 22/01/2026 8

9. EUROPEU DE ANDEBOL - «Acreditem em nós» Pedro Tonicher- entrevista, Bola (A), 22/01/2026 9

10. ANDEBOL, Bola (A), 22/01/2026 11

11. ´Fair play´ não é uma treta - Heróis do Mar, nobre Seleção..., Bola (A), 22/01/2026 12

12. Desportiva_MENTE - Teste mental superado, Bola (A), 22/01/2026 13

13. «Queremos ganhar, acreditem em nós!», Bola Online (A), 22/01/2026 14

14. Teste mental superado, Bola Online (A), 22/01/2026 16

15. Record: Capa da Edição de quinta-feira, 22 de janeiro 2026, CA Notícias Online, 22/01/2026 18

16. PORTUGAL NO EUROPEU DE ANDEBOL - SELECIONADOR CONTRA A EUFORIA, Correio da Manhã, 22/01/2026 19

17. Portugal defronta Alemanha no arranque da Ronda Principal do Europeu de andebol de 2026, Correio da Manhã Online, 22/01/2026 20

18. Andebol - Selecção nacional defronta Alemanha, Correio do Minho, 22/01/2026 21

19. Celorico de Basto recebeu Seminário internacional, Correio do Minho, 22/01/2026 22

20. COMO TRAZER MAIS ADEPTOS PARA O ANDEBOL?, Diário de Coimbra, 22/01/2026 23

21. Susana Oliveira luta pela inclusão através do andebol - entrevista, Diário de Coimbra, 22/01/2026 24

22. Portugal não pode cometer erro de se deslumbrar no europeu, Diário de Notícias da Madeira, 22/01/2026 27

23. ANDEBOL - Seleção lusa joga hoje com Alemanha, Diário do Minho, 22/01/2026 28

24. ANTI-DESLUMBRAMENTO, Diário do Minho, 22/01/2026 29

25. Portugal enfrenta Alemanha na Ronda Principal do Europeu de Andebol 2026, Futebol 365 Online, 22/01/2026 30

26. Portugal defronta Alemanha no arranque da Ronda Principal do Europeu de andebol, Impala Online, 31

27. PEREIRA PEDE PORTUGAL SEM DESLUMBRAMENTO, JM, 22/01/2026 32

28. AGENDA, Jogo (O), 22/01/2026 33

29. ANDEBOL - SELEÇÃO PERDE ITURRIZA CASTIGADO, Jogo (O), 22/01/2026 34

30. Andebol: Portugal defronta esta quinta-feira a Alemanha no arranque da Ronda Principal, Jogo Online (O), 22/01/2026 35

31. Exame germânico na ressaca da proeza, Jornal de Notícias, 22/01/2026 36

32. Equipa de andebol em cadeira de rodas da Invictus Viseu joga pela primeira vez em casa, Jornal do Centro Online, 22/01/2026 37

33. Portugal defronta Alemanha no arranque da Ronda Principal do Europeu de andebol, Lusa Online, 22/01/2026 38

34. Portugal defronta Alemanha no arranque da Ronda Principal do Europeu de andebol, Lusa Online, 22/01/2026 39

35. Portugal defronta Alemanha no arranque da Main Round do Europeu, Notícias ao Minuto Online, 22/01/2026 40

36. ANDEBOL - ATAQUE ÀS MEIAS-FINAIS COMEÇA HOJE, Record, 22/01/2026 41

37. Capdeville e Tonicher com garras de heróis no triunfo frente à Dinamarca, Record Online, 22/01/2026 43

38. Tem planos para as 14h30? Pense bem, joga a seleção de andebol, Renascença Online, 22/01/2026 45

39. Portugal defronta Alemanha no arranque da Main Round do Europeu, Sapo Online - Sportinforma Online, 22/01/2026 46

40. Andebol: Portugal defronta esta quinta-feira a Alemanha no arranque da Ronda Principal, Sapo Online - Sportinforma Online, 22/01/2026 47

41. ANDEBOL - Almada venceu o 3.º classificado, Setubalense (O), 22/01/2026 48

42. Pesar pelo falecimento de Paulo Abreu, atleta no Xico Andebol, Tv Online Canal Alentejo, 22/01/2026 49

43. HandLeça Cup 2026 - Viral Agenda, Viral Online, 22/01/2026 50

44. Esperança além-fronteiras volta a ter a Alemanha no caminho, ZeroZero.pt Online, 22/01/2026 51

Antena 1

ID: 121174723

22-01-2026 08:35

Duração: 00:00:39

OCS: Antena 1 - Notícias

Europeu de Andebol

https://pt.cision.com/cp/ClippingDetails.aspx?id=7fc17beb-f3b8-48f4-9437-cdd5e18a3c3a&userId=cea27784-a7a8-429c-b774-b23c6950c0bc

Europeu de Andebol: Portugal defronta hoje a Alemanha.

Europeu de Andebol

https://pt.cision.com/cp/ClippingDetails.aspx?id=2ab3d43f-9e4c-474b-a7d9-ec07250016f6&userId=cea27784-a7a8-429c-b774-b23c6950c0bc

Portugal joga hoje com Alemanha para o Europeu de Andebol.

Repetições: Renascença - Notícias , 2026-01-22 09:06

TSF

ID: 121175123

22-01-2026 08:32

Duração: 00:00:11

OCS: TSF - Grande Jornal

Seleção Portuguesa de Andebol

https://pt.cision.com/cp/ClippingDetails.aspx?id=4c0aa63b-b7da-407d-9006-da8af7b58f19&userId=cea27784-a7a8-429c-b774-b23c6950c0bc

A Seleção Portuguesa de Andebol estreia-se hoje na fase principal do europeu.

Europeu de Andebol

https://pt.cision.com/cp/ClippingDetails.aspx?id=d6c27a17-127c-454b-94c2-62c19afd1212&userId=cea27784-a7a8-429c-b774-b23c6950c0bc

Europeu de Andebol:
- Portugal defronta hoje a Alemanha.

Europeu de Andebol

https://pt.cision.com/cp/ClippingDetails.aspx?id=c9e15a54-3f33-4ae8-b53d-d49d57f2d791&userId=cea27784-a7a8-429c-b774-b23c6950c0bc

Portugal joga hoje para a primeira jornada da segunda fase do Europeu de Andebol para defrontar a Alemanha. O segredo é manter a humildade, mudar o chip, isto depois da vitória sobre o campeão do mundo, a Dinamarca, é o que explica à Rádio Comercial António Areia andebolista.

Antena 1

ID: 121173366

22-01-2026 07:12

Duração: 00:01:16

OCS: Antena 1 - Notícias

Europeu de Andebol

https://pt.cision.com/cp/ClippingDetails.aspx?id=aaec75e0-6420-41e5-a634-cd9723494fe4&userId=cea27784-a7a8-429c-b774-b23c6950c0bc

Depois da vitória histórica frente à Dinamarca, a seleção portuguesa de andebol, hoje vai medir forças com a Alemanha às 2 e meia da tarde.

TSF

ID: 121173381

22-01-2026 07:11

Duração: 00:01:33

OCS: TSF - Noticiário

Europeu de Andebol

https://pt.cision.com/cp/ClippingDetails.aspx?id=5e6a09ce-1df5-448c-b235-a0f70e5bb69a&userId=cea27784-a7a8-429c-b774-b23c6950c0bc

Em dia de estreia da seleção portuguesa de andebol na fase principal do Europeu, Francisco Costa, o melhor marcador do campeonato, garante na TSF que não há favoritos nesta fase. A seleção portuguesa quer estar nas meias-finais da prova.

Repetições: TSF - Grande Jornal , 2026-01-22 08:14













Europeu de Andebol

https://pt.cision.com/cp/ClippingDetails.aspx?id=893ee371-0a9e-44b2-8e4c-cbbcccd95d5e&userId=cea27784-a7a8-429c-b774-b23c6950c0bc

A seleção portuguesa de andebol joga hoje frente à Alemanha, é a primeira jornada do main round do Europeu, a partida acontece às 2h30 da tarde.

Repetições: SIC - Edição da Manhã , 2026-01-22 07:52
SIC - Edição da Manhã , 2026-01-22 08:41
SIC Notícias - Edição da Manhã , 2026-01-22 06:52
SIC Notícias - Edição da Manhã , 2026-01-22 07:52
SIC Notícias - Edição da Manhã , 2026-01-22 08:42
SIC Notícias - Edição da Manhã , 2026-01-22 09:47

CISION

A BOLA

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 688,45cm²
Âmbito: Desporto e Veículos
Period.: Diária
Pág: 28,1

ID: 121171987 22-01-2026

«Queremos ganhar. Acreditem em nós»

Filho de pais andebolistas, Pedro Tonicher viveu estreia de sonho no Europeu ao ajudar a Seleção Nacional a derrotar a Dinamarca enquanto Capdeville estava no banco. Agora espera pelos jogos intensos da 'main round'. A começar hoje, diante da Alemanha

Marta Fernandes Simões

Dificilmente Pedro Tonicher se esquecerá da estreia no Europeu. Aos 23 anos, ajudou a travar Mathias Gidsel, um dos melhores andebolistas da atualidade, a quebrar a invencibilidade da tetracampeã mundial e campeã olímpica Dinamarca (29-31), que não perdia há 19 partidas, o que permitiu a Portugal passar à *main round* no topo do Grupo B.

Em conversa com A BOLA antes de, esta tarde, às 14h30, Portugal defrontar a Alemanha na 1.ª jornada da 2.ª fase, o guarda-redes recorda percurso trilhado, a influência familiar, a formação no Sporting e Benfica e o «irmão mais velho» Gustavo Capdeville.

— Melhor estreia era impossível. O que lhe passou pela cabeça quando a Seleção venceu a Dinamarca, tetracampeã mundial, que não perdia há dois anos?

— Foi uma sensação muito boa. Na altura uma pessoa não tem noção do que acabou de acontecer, é muito bom estrear-me contra a melhor seleção do mundo e ajudar equipa a ganhar, foi positivo, um momento que irei recordar para sempre.

— O que sentiu quando entrou em campo de um pavilhão repleto de dinamarqueses?

— Foi uma sensação muito boa, é sempre bom chegar a um patamar muito elevado, estou orgulhoso. E, bem, uma pessoa só pensa em entrar e tentar ajudar, sem pensar muito naquilo que está a acontecer.

— A exibição individual foi elogiada nas redes sociais, sobretudo por aqueles que desconhecem o seu percurso. Sentiu que se apresentou à Europa e que não poderia ter tido um melhor cartão de visita?

— Sim, foi uma boa apresentação e agora é tentar ajudar a equipa sempre que tiver minutos.

— Sente que o facto de jogar em Espanha pode contribuir para o facto de não ser tão familiar para alguns adeptos?

— Depende da perspetiva, os nossos fãs em Portugal podem ter algum desconhecimento, mas em Espanha os adeptos conhecem-me bastante bem, e a nível internacional, a pouco e pouco, as coisas vão acabar por acontecer.

— Duas defesas ficaram na retina: aos 43' e aos 50'. Foi instinto?

— Foi instinto, faz parte. Essencialmente, na minha cabeça, tentei abordar o lance de forma agressiva, limitar o espaço, de forma a limitar o remate, e correu tudo bem.



IMAGO

PEDRO TONICHER

— Foi uma das chaves para limitar a Dinamarca a 11 golos na primeira parte.

— Tivemos uma prestação defensiva muito boa, o Gustavo *[Capdeville, guarda-redes titular]* esteve muito bem. A parte psicológica foi bastante importante, após um resultado menos conseguido frente à Macedónia *[29-29]*. A parte mental foi muito importante para encarar o encontro. Entrámos no jogo para ganhar e conseguimos.

— Esse resultado menos conseguido realça mais o feito contra a Dinamarca?

— São partidas completamente distintas. Depois de um jogo menos positivo ter uma reação tão positiva é muito bom. Mas, nem no dia em que empatámos com a Macedónia éramos os piores como agora não somos os melhores.

— Com outro embate à porta, frente à Alemanha, é importante conter a euforia?

— Sim, claramente. Esta quinta-feira temos um jogo muito importante para as nossas ambições. Estamos bastante contentes pelo que fizemos, mas com vontade de ganhar e de decidir sortes no campeonato.

— Quais as projeções para a 'main round'? A qualidade do grupo impõe respeito.

— Claro que este grupo é bastante complicado, vamos ter encontros bastante intensos, mas temos capacidade para chegar longe e vamos ter de mostrá-lo em campo.

— Depois de sofrer por fora, qual a sensação de fazer parte do grupo que tem este desafio pela frente?

— Bastante bom. Os meus companheiros foram muito acolhedores, confiam em mim e é bastante positivo e satisfatório estar agora ao lado de jogadores que antes só via na TV, e ajudar Portugal a conseguir objetivos.

— Estreou-se a 8 de maio de 2025 por Portugal e em menos de um ano já está neste patamar. Esperava este trajeto?

«É bastante satisfatório estar agora ao lado de jogadores que só via na TV»

— São poucos os casos em que acontece, sou um afortunado por chegar a este nível em tão pouco tempo.

— Aos 22 anos foi nomeado para melhor guarda-redes e jogador revelação da liga espanhola. Não é um mau indicador.

— A época correu bastante bem a nível individual e a nível coletivo. A pouco e pouco é trabalhar para conseguir uma regularidade positiva e ir ganhando aqui o meu espaço.

— Há dois anos estava no Vitória de Setúbal. Mudou muito? Esperava este crescimento tão rápido?

— A liga espanhola é bastante competitiva, temos de estar no máximo em todos os jogos, temos de treinar a 100 por cento, há muita competitividade, trouxe mais experiência. O guarda-redes que mostrei ser em Espanha também tem a ver com o que fiz no Vitória.

— Joga desde os seis anos e faz parte de uma família com história na modalidade — pai, Marco Tonicher, actuou no Benfica e no Sporting, e a mãe, Sofia Tonicher, foi guarda-redes do Benfica e da Seleção Nacional. Era inevitável seguir este caminho?

— Comecei a jogar muito por influência dos meus pais, ela guarda-redes, ele ponta direita. O gosto e a paixão vêm bastante daí.

— Qual a importância e os desafios de ter pais com passado na modalidade? Dão muitos conselhos?

— Tenho bastante apoio, como foram jogadores são mais entendidos na matéria, tentam ajudar um bocadinho, também me dizem se acham que podem ajudar, estão lá sempre.

— Fez formação no Sporting e no Benfica. Que recordações guarda desses tempos?

— Foram clubes bastante importantes, tive um acompanhamento muito bom ao nível do trabalho individual, foram os dois bastante importantes na evolução, sem eles não seria possível estar aqui hoje.

— Partilha passado com Gabriel Cavalcanti no Benfica e no Vitória de Setúbal.

— É um grande amigo, conhecemo-nos há bastantes anos, é muito bom partilhar estas experiências com ele.

— E qual a importância de ter Capdeville como companheiro de setor? É como um irmão mais velho?

— Sim, sem dúvida. É bastante importante para mim, tive o prazer de trabalhar com ele no Benfica, ajudou-me bastante e continua a ajudar. Espero que também possa aprender comigo o pouco que eu possa ter para ajudar.

— Algum ensinamento que tenha ficado na memória?

— Sempre me disse para confiar em mim e para continuar a trabalhar porque o futuro iria ser risonho e é verdade. É bom partilhar momentos com ele.

— Até onde pode chegar a Seleção?

— Queremos ganhar, é complicado, porque vamos enfrentar grandíssimas seleções, mas vamos jogo a jogo, e ver onde este caminho nos leva.

— Foi mais difícil responder a estas perguntas ou parar o Mathias Gidsel?

— Bom, se calhar... não, mais difícil parar o Mathias Gidsel... *[risos]*. O segredo foi a combinação de muitos anos de trabalho, preparação, e de acreditar que é possível.

— Que mensagem deixa aos portugueses?

— Continuem a acreditar em nós. Todos juntos vamos fazer tudo para dar o máximo de alegrias possíveis.

CISION

A BOLA

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 688,45cm²
Âmbito: Desporto e Veículos
Period.: Diária
Pág: 28,1

ID: 121171987 22-01-2026



CISION

A BOLA

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 98,35cm²
Âmbito: Desporto e Veículos
Period.: Diária
Pág: 29

ID: 121171984 22-01-2026



ANDEBOL

PLACARD 1

17.ª Jornada

Sporting-Arsenal da Devesa	**43-22**
Benfica-V. Guimarães	**33-22**
Marítimo-Águas Santas	**28-27**
Belenenses-FC Gaia	**23-19**
FC Porto-Póvoa AC	**39-30**
ABC-Avanca	**34-29**

		J	V	E	D	G	P
1	Sporting	17	17	0	0	689-447	51
2	FC Porto	17	13	2	2	649-468	45
3	Benfica	17	13	2	2	582-490	45
4	ABC	17	9	2	6	503-514	37
5	Águas Santas	16	10	0	6	423-412	36
6	Marítimo	16	8	2	6	484-455	34
7	Póvoa AC	17	7	1	9	457-501	32
8	Belenenses	17	6	1	10	499-523	30
9	V. Guimarães	16	5	0	11	428-490	26
10	Avanca	16	5	0	11	469-546	26
11	FC Gaia	17	1	2	14	440-560	21
12	Ars. Devesa	17	0	0	17	375-592	17

Próxima Jornada (18.ª): Ars. Devesa-Marítimo (04/02), Gaia-Sporting (11/02), Avanca-FC Porto (11/02), Águas Santas-Benfica (11/02), V. Guimarães-ABC (11/02) e Póvoa-Belenenses (11/02)

1.ª DIVISÃO (F)

14.ª Jornada

CS Madeira-Madeira SAD	**20-32**
ABC-Gil Eanes	**23-20**
Colégio de Gaia-Benfica	**18-35**
CALE-Juve Lis	**30-21**
AA S. Pedro do Sul-Almeida Garrett	**28-25**

		J	V	E	D	G	P
1	Benfica	14	14	0	0	465-273	42
2	Alm. Garrett	14	10	1	3	386-327	35
3	S. Pedro Sul	14	10	0	4	369-326	34
4	Madeira SAD	14	9	1	4	379-307	33
5	Gil Eanes	14	8	1	5	342-332	31
6	ABC	14	8	0	6	366-375	30
7	CALE	14	4	0	10	334-394	22
8	Colégio Gaia	14	3	0	11	295-382	20
9	Juve Lis	14	2	0	12	299-357	18
10	CS Madeira	14	0	1	13	262-424	15

Próxima Jornada (15.ª, 24/1): Almeida Garrett-Colégio de Gaia, Juve Lis-ABC, Gil Eanes-Benfica, Madeira SAD-AA S. Pedro do Sul, CS Madeira-CALE

CISION

A BOLA

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 226,21cm²
Âmbito: Desporto e Veículos
Period.: Diária
Pág: 30

ID: 121172002

22-01-2026



'Fair play' não é uma treta



Ricardo Jorge Costa

Jornalista
rcosta@abola.pt

Heróis do Mar, nobre Seleção...

Se há Seleção de Portugal que empolga, que puxa ao sentimento patriótico, é a de andebol. Tão ou mais do que a de futebol – e isso é muito. Muitíssimo. A cada Europeu ou Mundial que os denominados Heróis do Mar competem está garantido o espetáculo, a emoção, a constatação de temos uma das melhores equipas nacionais da modalidade. E isso é muitíssimo. Só ao nível da de futebol. É verdade que a seleção portuguesa de andebol ainda não ganhou um grande título internacional. Mas apesar da imensa valia dos oponentes, todos europeus, todos com décadas de experiência de avanço dos portugueses, parece que essa conquista chegará mais cedo ou mais tarde. Com esta ou vindoura de jogadores. Porque se percebe que a indispensável sucessão, a renovação está a ser feita com a devida ponderação pelos responsáveis técnicos nacionais. Todavia, que desperdício, que injustiça seria esta geração – de ouro – não alcançar esse triunfo histórico. Esta já é a seleção de Kiko Costa, do irmão Martim, de Salvador Salvador e Areia, de Rêma e Calvalcanti, de Frade e Branquinho, e outros companheiros de equipa. Nomes que já todos conhecem e certamente perdurarão na memória – como os dos compatriotas homólogos futebolistas. Os elogios desbragados que jornalistas, observadores e adversários, por toda a Europa, tecem à qualidade e gabarito destes jogadores, as imagens de lances de fino recorte técnico de que correm nas redes sociais após cada jogo, são prova inequívocas que devemos ter orgulho e, acima de tudo, crer no sucesso, ainda maior, desta Seleção.

A citação do poeta espanhol Antonio Machado, de que o caminho faz-se caminhando, deverá prevalecer às expectativas que tenhamos desta Seleção. O talento, o trabalho, o empenho e a ambição estão todos lá. De jogadores, a técnicos, a dirigentes. Um labor sério, discreto como são os dos bem-sucedidos – dos vencedores, dos campeões. Garantir presença contínua nas maiores competições (Europeus e Mundiais) já foi etapa cumprida. Estar, com regularidade, ao nível das melhores congéneres do mundo, atingindo as fases mais adiantadas desses torneios, também. Resta a conquista de troféu. Muito caminho já se caminhou. Mas ainda há caminho que caminhar.

O que se segue para palmilhar pelos pupilos do selecionador Paulo Pereira é o primeiro adversário na *main round* do Europeu-2026: a Alemanha. Após a retumbante vitória sobre a Dinamarca no derradeiro jogo da fase de grupos, na Jyske Bank Boxen, a catedral do andebol do país escandinavo, onde os tetracampeões mundiais não perdiam desde 2014 e contra mais de 15 mil adeptos nacionais nas bancadas, assegurando dois pontos de bónus para esta fase, não é pretensioso considerar que a vitória está ao alcance de Portugal.

Ainda mais, sabendo-se que os germânicos são adversário de boa recordação recente para os Heróis do Mar, que os venceram em emocionante duelo nos quartos de final do Mundial de 2025, em Oslo, Noruega, com um golo de Martim Costa nos segundos finais de um frenético prolongamento. Difícil, portanto. Mas não há facilidade na caminhada da glória.

CISION

A BOLA

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 206,54cm²
Âmbito: Desporto e Veículos
Period.: Diária
Pág: 31

ID: 121172014 22-01-2026



Desportiva_MENTE



Teste mental superado

Liliana Pitacho

Psicóloga e docente
no Instituto Politécnico de Setúbal

A Seleção Nacional de andebol tem vindo a afirmar-se de forma consistente no panorama internacional, não apenas pelos resultados, mas pela alteração do lugar psicológico que passou a ocupar nas competições. Deixou de ser *outsider* para ser percecionada como igual, o que altera inevitavelmente as expectativas, sobretudo internas.

O empate frente à Macedónia do Norte colocou em suspenso a passagem à *main round* e contrariou essa expectativa. Quando surge um desfasamento entre o que se espera de si próprio e o resultado obtido, instala-se um desconforto psicológico que pode gerar bloqueio e ansiedade ou funcionar como motor de reorganização interna.

Do ponto de vista psicológico, este resultado colocou a Seleção Nacional num contexto clássico de ameaça ao rendimento: elevada exigência externa, ambiente hostil e memória recente de um resultado aquém do esperado. Jogo decisivo com a Dinamarca, tetracampeã do mundo, com uma identidade competitiva consolidada e reconhecida pela sua robustez física e força mental. O cenário torna-se, ainda, mais intenso por ser em Herning, no Jyske Bank Boxen, um verdadeiro templo do andebol dinamarquês.

É aqui que se torna relevante observar como a equipa responde. A forma como Portugal entrou neste jogo revela o *mindset* coletivo. Em vez de procurar *reparar* o erro anterior, a equipa reorganizou-se em torno daquilo que controla: processo, comportamento e identidade. Esta resposta é coerente com os princípios da teoria da autoeficácia coletiva, que sustenta que o desempenho de equipas depende da crença partilhada na sua capacidade. Não se trata de confiança individual somada, mas de uma convicção coletiva construída ao longo do tempo. Houve regulação emocional, paciência e compromisso com o plano, indicadores claros de maturidade psicológica. As equipas com elevada autoeficácia mantêm coesão, mesmo em zonas (resultados) de desconforto. Importa ainda referir o papel da identidade social da equipa, quanto mais forte o sentimento de pertença ao grupo, maior a probabilidade de os atletas colocarem o *nós* acima do *eu*, sobretudo em contextos de ameaça.

Esta vitória não é apenas um feito competitivo, mas um marcador psicológico. Reforça a crença interna de que esta equipa é capaz de responder quando o caminho se complica e a margem de erro diminui. Este tipo de experiências constrói memória emocional positiva, essencial para fases mais avançadas da competição, onde a diferença entre equipas se joga, muitas vezes, mais na mente do que no talento. Este é um crescimento que está feito e consolidado, independentemente dos resultados futuros ou da classificação final.

No alto rendimento, vencer não é apenas uma consequência do que se faz em campo. É o resultado de uma organização psicológica coletiva que permite transformar a adversidade em foco, o erro em aprendizagem e a pressão em desafio.

«Queremos ganhar, acreditem em nós!»

Tipo Meio: Internet Data Publicação: 22/01/2026

Meio: Bola Online (A)

URL: https://pt.cision.com/s/?l=68aa2555

Guarda-redes Pedro Tonicher conversou com A BOLA depois de ter parado Mathias Gidsel, estrela da tetracampeã mundial Dinamarca. Agora, Portugal tem passaporte para a 'main round' e muita ambição

Dificilmente Pedro Tonicher se esquecerá da estreia no Europeu. Aos 23 anos, ajudou a travar Mathias Gidsel, um dos melhores andebolistas da atualidade, a quebrar a invencibilidade da tetracampeã mundial e campeã olímpica Dinamarca (31-29), que não perdia há 19 partidas, o que permitiu a Portugal passar à main round no topo do Grupo B. Agora, é porta-voz da ambição para o jogo com a Alemanha, agendado para esta quinta-feira, às 14h30.

- Melhor estreia impossível. O que lhe passou pela cabeça quando a Seleção Nacional venceu a Dinamarca, tetracampeã mundial, que não perdia há dois anos?

- Foi uma sensação muito boa. Na altura uma pessoa não tem noção do que acabou de acontecer, é muito bom estrear-me contra a melhor seleção do mundo e ajudar equipa a ganhar, foi positivo, um momento que irei recordar para sempre.

- O que sentiu quando entrou na quadra de um pavilhão repleto de dinamarqueses?

- Foi uma sensação muito boa, é sempre bom chegar a um patamar muito elevado, estou orgulhoso. E, bem, uma pessoa só pensa em entrar e tentar ajudar, sem pensar muito naquilo que está a acontecer.

- A exibição individual foi elogiada nas redes sociais, sobretudo por aqueles que desconhecem o seu percurso. Sentiu que se apresentou à Europa e que não poderia ter tido um melhor cartão de visita?

- Sim, foi uma boa apresentação e agora é tentar ajudar a equipa sempre que tiver minutos.

- Sente que jogar em Espanha [Ciudad Encantada, em Cuenca] pode contribuir para o facto de não ser tão familiar para alguns adeptos?

- Depende da perspetiva, os nossos adeptos em Portugal podem ter algum desconhecimento, mas em Espanha os adeptos conhecem-me bastante bem, e a nível internacional, a pouco e pouco, as coisas vão acabar por acontecer.

Pedro Tonicher comes in and starts saving against Denmark MADNESS #ehfeuro2026 #puregreatness #handball @AndebolPortugal pic.twitter.com/WgVl3sujUa
- EHF EURO (@EHFEURO) January 20, 2026

- Duas defesas ficaram na retina: aos 43' e aos 50'. Foi instinto?

- Foi instinto, faz parte. Essencialmente, na minha cabeça, tentei abordar o lance de forma agressiva, limitar o espaço, de forma a limitar o remate, e correu tudo bem.

- Foi uma das chaves para limitar a Dinamarca a 11 golos na primeira parte.

- Tivemos uma prestação defensiva muito boa, o Gustavo [Capdeville, guarda-redes titular] esteve muito bem. A parte psicológica foi muito importante, após um resultado menos conseguido frente à Macedónia [29-29]. A parte mental foi muito importante para encarar o jogo. Entrámos no jogo para ganhar e conseguimos.

- Esse resultado menos conseguido realça mais o feito contra a Dinamarca?

- São jogos completamente distintos. Depois de um jogo menos positivo ter uma reação tão positiva é muito bom. Mas nem no dia em que empatámos com a Macedónia erámos os piores como agora não somos os melhores.

- Com outro jogo à porta, frente à Alemanha, é importante conter a euforia?

- Sim, claramente. Esta quinta-feira temos um jogo muito importante para as nossas ambições. Estamos bastante contentes pelo que fizemos, mas com vontade de ganhar e de decidir sortes no campeonato.

- Quais as projeções para o 'main round'? A qualidade do grupo impõe respeito.

- Claro que este grupo é bastante complicado, vamos ter jogos bastante intensos, mas temos capacidade para chegar longe e vamos ter de mostrá-lo em campo.

- Até onde pode chegar a Seleção?

- Queremos ganhar, é complicado, porque vamos enfrentar grandíssimas seleções, mas vamos jogo a jogo e ver onde este caminho nos leva.

- Foi mais difícil responder a estas perguntas ou parar o Mathias Gidsel?

- Bom, se calhar não, mais difícil parar o Mathias Gidsel [risos]. O segredo foi a combinação de muitos anos de trabalho, preparação, e de acreditar que é possível.

- Que mensagem deixa aos portugueses?

- Continuem a acreditar em nós. Todos juntos vamos fazer tudo para dar o máximo de alegrias possíveis.

Teste mental superado

Tipo Meio: Internet Data Publicação: 22/01/2026

Meio: Bola Online (A)

URL: https://www.abola.pt/noticias/teste-mental-superado-2026012121343572413

Desportiva_MENTE é o espaço de opinião de Liliana Pitacho, psicóloga e docente no Instituto Politécnico de Setúbal

A Seleção Nacional de andebol tem vindo a afirmar-se de forma consistente no panorama internacional, não apenas pelos resultados, mas pela alteração do lugar psicológico que passou a ocupar nas competições. Deixou de ser outsider para ser percecionada como igual, o que altera inevitavelmente as expectativas, sobretudo internas.

O empate frente à Macedónia do Norte colocou em suspenso a passagem à main round e contrariou essa expectativa. Quando surge um desfasamento entre o que se espera de si próprio e o resultado obtido, instala-se um desconforto psicológico que pode gerar bloqueio e ansiedade ou funcionar como motor de reorganização interna.

Do ponto de vista psicológico, este resultado colocou a Seleção Nacional num contexto clássico de ameaça ao rendimento: elevada exigência externa, ambiente hostil e memória recente de um resultado aquém do esperado. Jogo decisivo com a Dinamarca, tetracampeã do mundo, com uma identidade competitiva consolidada e reconhecida pela sua robustez física e força mental. O cenário torna-se, ainda, mais intenso por ser em Herning, no Jyske Bank Boxen, um verdadeiro templo do andebol dinamarquês.

//

Andebol

//

Euro 2026: exibição de luxo e vitória frente à Dinamarca coloca Portugal na main round!

É aqui que se torna relevante observar como a equipa responde. A forma como Portugal entrou neste jogo revela o mindset coletivo. Em vez de procurar reparar o erro anterior, a equipa reorganizou-se em torno daquilo que controla: processo, comportamento e identidade. Esta resposta é coerente com os princípios da teoria da autoeficácia coletiva, que sustenta que o desempenho de equipas depende da crença partilhada na sua capacidade.

Não se trata de confiança individual somada, mas de uma convicção coletiva construída ao longo do tempo. Houve regulação emocional, paciência e compromisso com o plano, indicadores claros de maturidade psicológica. As equipas com elevada autoeficácia mantêm coesão, mesmo em zonas (resultados) de desconforto. Importa ainda referir o papel da identidade social da equipa, quanto mais forte o sentimento de pertença ao grupo, maior a probabilidade de os atletas colocarem o nós acima do eu, sobretudo em contextos de ameaça.

Esta vitória não é apenas um feito competitivo, mas um marcador psicológico. Reforça a crença interna de que esta equipa é capaz de responder quando o caminho se complica e a margem de erro

diminui. Este tipo de experiências constrói memória emocional positiva, essencial para fases mais avançadas da competição, onde a diferença entre equipas se joga, muitas vezes, mais na mente do que no talento. Este é um crescimento que está feito e consolidado, independentemente dos resultados futuros ou da classificação final.

No alto rendimento, vencer não é apenas uma consequência do que se faz em campo. É o resultado de uma organização psicológica coletiva que permite transformar a adversidade em foco, o erro em aprendizagem e a pressão em desafio.

Record: Capa da Edição de quinta-feira, 22 de janeiro 2026

Tipo Meio: Internet Data Publicação: 22/01/2026

Meio: CA Notícias Online

URL: https://canoticias.pt/record-capa-da-edicao-de-quinta-feira-22-de-janeiro-2026/

Acompanhe as manchetes desportivas mais recentes no Jornal Record de hoje! Um mundo de adrenalina e conquistas à sua disposição.

Conteúdo neste artigo ver Destaques Record Edição de quinta-feira, 22 de janeiro 2026 Google Notícias

Destaques Record Edição de quinta-feira, 22 de janeiro 2026

Juventus 2-0 Benfica. Ao tapete. Águia depende de um milagre para conseguir apuramento Mourinho. Era preciso partir a baliza mas estou orgulhoso dos rapazes Prestes a assinar. Rafa já está em Lisboa Sporting. Faye oficial até 2030. Vou conquistar títulos Plzen-FC Porto. Istambul está longe , Farioli diz que é cedo para pensar na final Arábia Saudita. DamaC 1-2 Al Nassr. Mais um de CR7 Andebol. Alemanha-Portugal. Ataque às meias-finais começa hoje Nassur Bassem tinha 27 anos. Jogador do Moncarapachense morre em campo

Sobre o Record
Ao longo dos anos, o Jornal Record tem proporcionado aos seus leitores uma análise completa e aprofundada do desporto, em especial do futebol. Com um compromisso sólido com a verdade e a objetividade, o Record estabeleceu-se como uma referência no panorama desportivo português, sendo reconhecido pela qualidade das suas reportagens e opiniões.
Google Notícias Siga o CA Notícias na Google e leia as notícias em primeira mão!

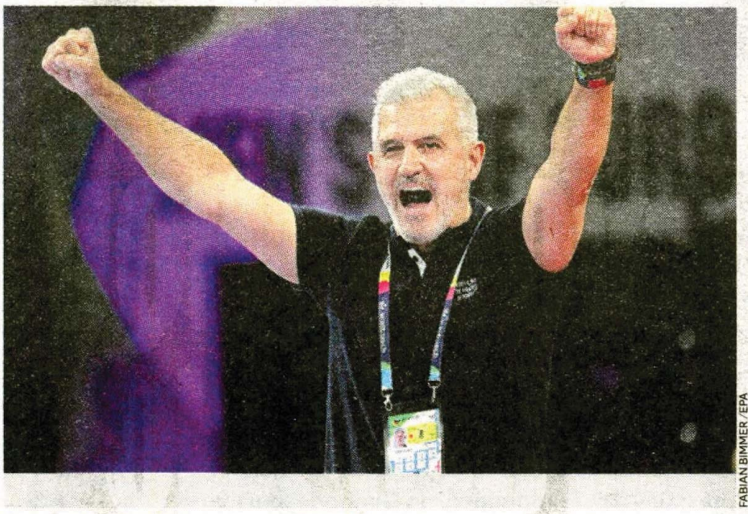
[Additional Text]:
Record: Capa da Edição de quinta-feira, 22 de janeiro 2026 | CA Notícias | Canal Alternativo de Notícias
Record: Capa da Edição de quinta-feira, 22 de janeiro 2026
Redação

CISION

CORREIO da manhã

Meio: Imprensa **Âmbito:** Informação Geral
País: Portugal **Period.:** Diária
Área: 259,35cm² **Pág:** 29

ID: 121172672 22-01-2026



FABIAN BIMMER / EPA

Paulo Jorge Pereira, selecionador nacional

PORTUGAL NO EUROPEU DE ANDEBOL

SELECIONADOR CONTRA A EUFORIA

AVISO Paulo Jorge Pereira pede equipa menos efusiva depois do histórico triunfo com a Dinamarca

Mário Figueiredo

"A haver erro é o deslumbramento. Agora ficámos todos deslumbrados por termos feito uma coisa que é quase impossível [vencer a campeã mundial Dinamarca], mas fizemos. Temos de nos manter tranquilos e continuar a trabalhar como até aqui", disse ontem o selecionador nacional Paulo Jorge Pereira numa antevisão à Ronda Principal do Campeonato da Europa.

Depois do histórico triunfo frente ao anfitrião e campeão mundial Dinamarca (31-29), os 'heróis do mar' rumaram ao Grupo I da 'Main Round' com dois pontos, mas Paulo Jorge Pereira deixa um aviso: "Acho que temos de ser menos efusivos nas vitórias e menos derrotistas. Temos de estar naquela linha que nos permite continuar no dia seguinte", disse.

Na Ronda Principal, que apura os dois primeiros de cada 'poule' para as meias-finais, a seleção portuguesa vai jogar sempre às 14h30 (hora em Lisboa). "É uma hora muito má. É uma das coisas em que esta organização não tem estado bem. Colocam os almoços às 11h30 e no dia seguinte às 15h30. Há horários de treino que, às vezes, são antes do almoço e outros com pequeno-almoço às 8h30. Há uma certa rigidez, altera muito o biorritmo das pessoas e pode não ser bom", lamentou.

Hoje, Portugal defronta a Alemanha, seguindo-se os embates com a campeã em título França, no sábado, a Noruega, na segunda-feira, e a Espanha, no dia 28.

Portugal defronta Alemanha no arranque da Ronda Principal do Europeu de andebol de 2026

Tipo Meio: Internet Data Publicação: 22/01/2026

Meio: Correio da Manhã Online

URL: https://pt.cision.com/s/?l=24a476b5

A participar pela nona vez na fase final de um Europeu, e quarta seguida, Portugal tem como melhor resultado o sexto lugar conseguido em 2020.

Portugal defronta esta quinta-feira a Alemanha no arranque do Grupo I da Ronda Principal do Europeu de andebol de 2026, num encontro entre duas seleções que venceram os respetivos grupos e iniciam a próxima fase com dois pontos.

Os lusos, vencedores do Grupo B da fase preliminar, com cinco pontos, à frente da tetracampeã mundial em título Dinamarca, segunda, com quatro, começam por enfrentar a campeã de 2004 e 2016, que deverá contar com um forte apoio nas bancadas da Jysk Bank Boxen, situada na cidade dinamarquesa de Herning, a partir das 14:30 (horas em Lisboa).

Para tentar superiorizar-se aos teutónicos, que contam com pesos pesados como o central Juri Knorr, o ponta 'canhoto' Lukas Zerbe ou o guarda-redes redes Andreas Wolff, Portugal precisa das performances de alto nível dos irmãos Martim e Francisco Costa, à imagem do que aconteceu no triunfo com os dinamarqueses, em que cada um assinou nove golos.

Ausente do encontro com os germânicos vai estar o pivô Victor Iturriza, expulso contra a Dinamarca, após uma "ação extremamente imprudente e perigosa", de acordo com a Comissão Disciplinar da Federação Europeia de Andebol (EHF), que puniu o jogador do Kuwait SC com um jogo de castigo.

Esta quinta-feira, igualmente em Herning, a Espanha, coroada em 2018 e 2020, joga com a também coanfitriã Noruega, antes de a campeã em título França e a Dinamarca reeditarem a final da edição passada.

A participar pela nona vez na fase final de um Europeu, e quarta seguida, Portugal tem como melhor resultado o sexto lugar conseguido em 2020.

Após o embate com a Alemanha, os 'heróis do mar' medem forças com a França, no sábado, a Noruega, na segunda-feira, e a Espanha, no dia 28, com todos os jogos a iniciarem às 14:30 (horas em Lisboa), sendo que precisam de terminar entre os dois primeiros lugares da 'main round' para atingir as meias-finais.
Lusa

CISION

Correio do Minho

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 93,15cm²
Âmbito: Regional
Period.: Diária
Pág: 26

ID: 121172828 22-01-2026



Dnota

Andebol

Selecção nacional defronta Alemanha

A selecção nacional de andebol, que na terça-feira cometeu no fecho da fase inicial do Campeonato da Europa a proeza de vencer a tetra-campeã mundial Dinamarca, defronta hoje, a partir das 14.30 (hora portuguesa) a Alemanha, na primeira jornada da ronda principal.

Sempre com início marcado para as 14.30, os Heróis do Mar têm a seguir em jogos no sábado com a França, na segunda-feira com a Noruega e na quarta-feira com a Espanha.

Todas estas partidas têm transmissão prevista em directo pela RTP 1.



Na sua página a Federação de Andebol de Portugal refere que a selecção nacional pretende "manter a toada e voltar a vencer frente à Alemanha" Portugal, que agora tem dois pontos no Main Round, está a trabalhar para vencer o próximo adversário, Alemanha. Um adversário de boas recordações, que os lusos venceram há praticamente um ano na Norueg com um golo de Martim Costa ao cair do pano, após o prolongamento.

CISION

Correio do Minho

ID: 121172866 22-01-2026

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 381,92cm²
Âmbito: Regional
Period.: Diária
Pág: 26



Celorico de Basto recebeu Seminário internacional

BASTINHOS - Escola de Andebol Clube promoveu em Celorico de Basto quinta edição de seminário internacional de formação de andebol.

ANDEBOL
| Redacção |

Nos dias 16 e 17 de janeiro, Celorico de Basto foi o concelho anfitrião do Seminário Internacional de Formação de Andebol promovido pelo BECA - Bastinhos Escola Clube de Andebol, o Município e a Associação de Treinadores de Andebol de Portugal, com o apoio do Agrupamento de Escolas de Celorico de Basto e creditada pelo Centro de Formação de Basto.

Este seminário internacional é o 5º organizado em Celorico de Basto e um sinal claro da importância do andebol neste concelho, refereuma nota da autarquia as órgãos de comunicaçã social.

"Vivemos momentos intensos com pessoas comprometidas com a modalidade e altamente disponíveis para partilhar conhecimentos, projectos e formas de estar num desporto que cresce em entusiasmo, qualidade e vinculação" assegura o promotor desta iniciativa e treinador do BECA, João Varejão, acrescenta a mesma nota.



DR

Seminário incidiu sobre temáticas relacionadas com a formação

Acrescentou que "só com entidades ao nível do Município de Celorico de Basto verdadeiramente comprometidas e responsáveis pela formação e promoção do desporto é possível almejar grandes voos para o andebol".

Com dois dias de formação, o seminário mostrou exemplos de projetos bem sucedidos que pelo país vão fazendo a diferença nas suas comunidades, contribuiu para a formação continua de treinadores e outros agentes ligados ao andebol e permitiu uma reflexão alargada sobre o andebol e a sua capacidade agregadora em contexto escolar e comunitário. Um aspeto amplamente destacado pelo treinador do Beca e reiterado pelo presidente da Câmara Municipal de Celorico de Basto, José Peixoto Lima, que reforça a importância de estar junto das entidades "que contribuem para a formação, para criação de valor humano, para a coesão de uma comunidade. Seremos tanto mais fortes quanto mais formação tivermos, a aprendizagem torna as comunidades mais resilientes e determinadas e assegura uma maior vitalidade em qualquer área de desenvolvimento.

+ mais

Este Seminário Internacional contou com a presença do treinador francês Patrick Passemard que explicou e exemplificou metodologias e boas práticas no andebol direccionadas para o papel do pivot no alto rendimento reforçando a adaptação para a formação do jovem jogador dos 14 aos 16 anos.

●●●

O presidente da Câmara Municipal de Celorico de Basto, José Peixoto Lima, ao intervir neste Seminário Internacional de Formação de Andebol organizado pelo BECA - Bastinhos Escola Clube de Andebol, reforçou a importância de estar junto das entidades "que contribuem para a formação, para criação de valor humano, para a coesão da comunidade".

CISION

Diário de Coimbra

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 182,41cm²
Âmbito: Regional
Period.: Diária
Pág: 11

ID: 121173319 22-01-2026

COMO TRAZER MAIS ADEPTOS PARA O ANDEBOL?



PEDRO SEQUEIRA
PROFESSOR
DA ESDRM
E PRESIDENTE DA
CONFEDERAÇÃO
DE TREINADORES
DE PORTUGAL

De 15 de janeiro a 1 de fevereiro decorre o Campeonato da Europa de Andebol na Dinamarca/Suécia/Noruega. Se incluir o 1º Europeu em 1994 em Portugal e o Mundial 2003 também em Portugal, este é o sétimo evento que tenho o privilégio de acompanhar diariamente, na perspetiva da organização e de todo o seu envolvimento. Reportando-me apenas aos últimos 5 Europeus onde estive desde 2022 há algo que os une: a paixão dos adeptos da maioria dos países não só pela sua Seleção, mas pelo Andebol em si. Assim que se chega a uma cidade onde se encontra um dos grupos de apuramento, fase intermédia ou fase final, rapidamente apercebemo-nos que se está a realizar um grande evento de Andebol naquela cidade. Assim que começamos a aproximar-nos do Pavilhão, a cor das roupas dos adeptos, os sons envolventes deixam-nos logo com um sorriso na cara. Assim que entramos no Pavilhão o ambiente é espetacular. E continua antes, durante e após cada jogo. Cânticos, aplausos, gritos de apoio. A festa não para. No final, só o resultado nos diz quem foi o vencedor pois nas bancadas a alegria de receber os seus é igual entre vencedores e vencidos.

Se tudo de facto parece espetacular e especial (e é) ontem fui confrontado com uma situação que me deixou a pensar: num jantar oficial, o responsável pela Seleção da Islândia dizia-me algo assim: "Fico feliz que temos sempre 3000/4000 mil adeptos nossos que acompanham a nossa Seleção nos grandes eventos, mas alguns só vêm mesmo a estes eventos. No nosso país não aparecem nos jogos". Ficamos a debater isso durante uma parte do jantar.

Em Portugal já conseguimos que na maior parte dos jogos da Seleção (mais na Masculina do que na Feminina) os Pavilhões estejam cheios. E a festa, posso dizer, não é muito diferente da que eu vejo nestes eventos. No entanto, quando vou assistir a um jogo das nossas competições nacionais já isto é completamente diferente. Poucos adeptos, pavilhões desconfortáveis, som e espetáculo quase nenhum. Claro que há exceções – nas grandes decisões – mas é muito pouco.

Estou convencido que se os clubes investissem mais na promoção dos seus jogos, antes, durante e depois, o panorama seria alterado. Não falo em grandes investimentos financeiros. Arranjar alguém para colocar som, um grupo de crianças e jovens para atuar nos tempos mortos e intervalos, um bar com oferta diversificada, roupa e outros acessórios alusivos ao clube, e por aí fora, não carecem de grande apoio financeiro, carecem apenas de vontade, de arranjar voluntários para isso. Estou convencido que o primeiro jogo é sempre o mais difícil, depois as pessoas vão voltar e até vão ajudar. É mudar um pouco a cultura desportiva do nosso país. Não é fácil, mas que tal tentarmos?

CISION

Diário de Coimbra

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 1384,17cm²
Âmbito: Regional
Period.: Diária
Pág: 20-21,1

ID: 121173407 22-01-2026

FOTOS: FIGUEIREDO



Susana Oliveira iniciou a ligação ao andebol no CAIC, seguiu para a Académica e hoje lidera o projeto de Os Coxos de andebol em cadeira de rodas

"Trabalhar com Os Coxos é delicioso"

Susana Oliveira Treinadora quer colocar a equipa de andebol em cadeira de rodas da Figueira da Foz na disputa do título nacional e a lutar pela inclusão. São precisos mais apoios a um projeto que vai certamente potenciar mais jogadores para a seleção nacional

Ricardo Ferreira Santos

Diário de Coimbra Como começou a sua ligação ao andebol?

Susana Oliveira A minha ligação com andebol começa no ano 2000. No CAIC, a escola onde sempre estudei, e onde surge o convite por parte da professora Ana Cristina Santos, que tinha sido minha professora de educação física. A Cristina, hoje minha amiga pessoal, foi a grande responsável por me apaixonar pela modalidade. E é a minha grande referência em todos os níveis na modalidade e fora dela. Sou inteiramente grata à Cristina por tudo o que fez por mim, enquanto atleta, técnica e o mais importante, enquanto pessoa. Formou-me enquanto atleta, que não foi tarefa difícil, pois desporto era o que mais gostava de fazer. Joguei durante 3 ou 4 anos, não sei precisar, o suficiente para perceber que era o andebol a "minha praia" e o Andebol CAIC o clube do coração. Formou-me enquanto treinadora, todos os saberes técnicos e táticos foi com ela que aprendi, onde me dediquei a ensinar o que me foi ensinado, aos mais novos. Onde muitos anos foi o meu "escritório" a formação do clube. Para além de muitas horas de formação, outros tantos quilómetros feitos, até chegar ao Grau 3. E formou-me enquanto pessoa, tal como o andebol me formou na mesma vertente, onde ambos me deram ferramentas para levar a vida e enfrentar obstáculos. E também me deu muitas pessoas a conhecer, as quais eu chamo família do andebol. O desporto não é só aptidão física para uma modalidade, desporto é a escola que te ensina a ser dedicado, trabalhador, focado em alcançar objetivos, trabalho em equipa, entre tantas outras coisas. Seja qual for a modalidade.

O que diferencia a modalidade que a cativou a ficar?

Não diria que foi a modalidade que me cativou a ficar inicialmente, mas sim o clube, a escola e principalmente as pessoas. Ensinaram-me a gostar da modalidade e eu aprendi a gostar dela. Até que me apaixonei, onde faz parte do meu dia-a-dia, há 25 anos. O andebol é um desporto muito completo, entre pernas, braços e cabeça, juntando tudo com a coordenação motora e a tática de jogo, onde tudo é usado ao mesmo tempo, é magnífico poder jogar e ver jogar. Mas o melhor de tudo é poder ensinar a jogar. Não é fácil se não percebermos o adversário, se não compreendermos o andebol, se não jogarmos em equipa. Daí a minha ligação à formação. Sempre estive ligada as camadas jovens, onde ensinar bem a modalidade era o meu objetivo diário, dar ferramentas para serem bons jogadores. O treinador da formação é o treinador de uma vida inteira, seja no andebol, seja em qualquer outra modalidade. Daí ter ficado também, o gosto de ensinar o que me foi incutido, facilitou muito também na decisão de sempre ficar nesta modalidade, e o clube em si dizia-me muito. E abandonar o "barco" nunca foi opção, nem nunca me via a fazer outra modalidade. O andebol CAIC foi uma escola a nível pessoal, que formou enquanto pessoa. E depois tens outras vantagens, tu veres uma equipa a começar do zero, e ao ires ensinando, veres todas as evoluções individuais e de grupo, é só a melhor sensação no desporto, poder criar jogadores e bons jogadores é ótimo.

> **E este projeto, veio mostrar-me que mesmo nas maiores dificuldades, nas maiores tormentas, podemos dar sempre a volta por cima**

> **O andebol é um desporto muito completo, entre pernas, braços e cabeça, juntando tudo com a coordenação motora**

Como surge o projeto de Os Coxos na sua vida?

Os Coxos não faziam parte dos meus planos. Depois de 16 anos no CAIC, passando pela Académica de Coimbra durante dois anos. Onde no fim desse tempo eu decido "dar um tempo" na modalidade, pois entrei num período de "desamor" pelo andebol, uma fase de desgaste e desmotivação, passando por não me identificar na totalidade com o projeto. E decidi parar, não definitivamente, mas sim por um tempo. Estive parada sensivelmente um ano. Foi então que Os Coxos surgem, através de uma publicação no facebook, um projeto da APD Figueira da Foz para andebol em cadeira de rodas. Uma vertente da modalidade, que eu nunca tinha tido contato direto e muito pouco se falava nesta vertente. Então a curiosidade falou mais alto e resolvi conhecer a "malta coxa" e vivenciar este lado do andebol. Foi então que no final de 2019 comecei a ter contacto com eles, a vivenciar histórias de vida únicas, exemplos de superação e resiliência e a ver a minha modalidade sobre rodas.

Como referiu, é um projeto que a fez voltar a apaixonar-se pela modalidade. O que tinha falhado?

Sim. Tive um período de desmotivação, em primeiro lugar pelo desgaste que era fazer quilómetros entre a Figueira da Foz e Coimbra e vice-versa no mínimo três vezes na semana, incluindo já o dia de jogo. Segundo, não me identificava totalmente com o projeto, apesar de a "malta do CAIC" estar lá toda. E decidi parar, não definitivamente, mas sim por um tempo. E este projeto, veio mostrar-me que mesmo nas maiores dificuldades, nas maiores tormentas, podemos dar sempre a volta por cima. E ajudar o próximo com a minha modalidade, cativou-me a querer mais, isto porque ia treinar pessoas para as quais o contacto com o desporto era zero, tirando um ou dois que praticavam a modalidade ou já tiveram con-

CISION

Diário de Coimbra

Meio: Imprensa **Âmbito:** Regional
País: Portugal **Period.:** Diária
Área: 1384,17cm² **Pág:** 20-21,1

ID: 121173407 22-01-2026

tacto com a mesma. E o projeto em si obrigou-me a superar desafios e a moldar-me a esta vertente. Novas aprendizagens. Já para não falar que era a primeira vez em muitos anos na modalidade, que passei a treinar adultos. Foi voltando o bichinho do andebol, claro que levou um tempo e mesmo tendo algumas recaídas pelo meio, voltei a ter o mesmo amor pelo andebol que tinha quando estava no CAIC. Principalmente este ano, sinto-me a reviver novamente esse espírito e esse amor pela modalidade. Muito devo a todos eles, que me fazem vibrar novamente, que me aceitaram totalmente depois de estar afastada em 90% do projeto, por motivos pessoais e onde aparecia só quando era necessário.

Quais as maiores dificuldades que sentiu na adaptação dos treinos do andebol dito tradicional para o andebol em cadeira de rodas?

Bem, esse foi o verdadeiro desafio. No início era muito complicado associar, a cadeira para determinados exercício mais táticos, para não dizer todos os exercícios. Até mesmo associar a prática do andebol. A cadeira é o corpo deles, hoje eu percebo isso, pela prática, mas antes não e era-me muito complicado planear um treino. A capacidade de driblar e controlar a cadeira, basicamente ao mesmo tempo, a capacidade de poder rematar em andamento ou parado, pois a força exercida não é a mesma, como no andebol formal. Isto tudo era surreal, como eram capazes de fazer tanta coisa ao mesmo tempo. Tudo foi uma adaptação, à qual o Nuno Pedrosa me ajudou bastante, onde muitas vezes era ele explicar-me determinado exercício e como o adaptar para a cadeira. O Nuno foi o meu mentor neste lado da modalidade e o mentor de todos aqueles que começaram o projeto sem saber como andar para a frente numa cadeira de rodas. Mas o mais difícil no geral foi mesmo perceber como jogar, como é desenvolvido na prática, em jogo. Perceber como fazer determinadas faltas e como e quando é falta. Isso foi na realidade o mais difícil de tudo.

E quais são as maiores dificuldades fora da vertente desportiva?

Há um grupo por detrás que trabalha afincadamente para tudo dar certo. Mas há dificuldades que nem mesmo o trabalho árduo consegue resultados. Temos falta de apoios. Temos o apoio da Câmara Municipal da Figueira da Foz, a qual nos faculta o recinto desportivo, para treinos e jogos e também uma carrinha para transporte das cadeiras de rodas para os jogos. Temos um ou outro apoio com equipamentos de jogo ou material desportivo e muito desse material é adquirido por nós. E o resto vem tudo do trabalho d'Os Coxos, todos eles investem para melhorias em prol do grupo. Deslocam-se nos meios de transporte próprios para os jogos, quando poderíamos deslocar-nos em uma carrinha adaptada para o efeito. Que nos tornaria mais independentes nas deslocações. A carrinha está nos objetivos do grupo. Eles divulgam o grupo e a modalidade para podermos ser mais vistos, e assim haver mais probabilidade de ajudas. Pois não podemos nos esquecer, que todos os que se encontram ligados aos Coxos, fazem trabalho voluntariado, nenhum de nós ganha nada com a modalidade, a não ser uns cabelos brancos, umas manchas negras e umas lesões.

Como define o grupo de trabalho de Os Coxos?

Trabalhar com Os Coxos é delicioso, pois são todos muito dedicados, desde aquele que ainda está a aprender, até aquele que tem mais experiência. Todos trabalham em prol da melhoria do grupo, cada vez mais se focam em evoluir individualmente, para poderem alcançar objetivos. São cada vez mais unidos dentro e fora de campo. Há na sua maioria das vezes uma alegria gigante em cada treino, são animados. E são pessoas com corações gigantes, pessoas com capacidade de superação e resiliência incríveis. É um orgulho imenso treinar esta malta. Que às vezes dá que fazer, mas isso faz parte de quem dirige uma equipa com tanta personalidade diferente.

A época está para começar. Quais as metas que estão delineadas?

As nossas metas são simples, lutar pela inclusão e alcançar o mesmo patamar que a época passada. Se possível, conseguir, e trabalhamos para isso, alcançar ainda mais. Estamos prontos para os desafios que se avizinham que não serão muito fáceis. Mas nada é impossível, até acontecer. Mas a meta principal e longe de focos maiores é implementar cada vez mais a luta pela inclusão em tudo e no desporto no geral. Essa será a nossa missão e o lema desta época, e juntando a ela seria alcançar o primeiro lugar no campeonato. Claro que sabemos das nossas limitações, que são algumas, mas nada nos abala e como todas as outras equipas, essa é a grande meta para um campeonato nacional. E tudo faremos para fazer a diferença, dentro e fora de campo, nestes dois grandes objetivos.

Os Coxos têm dois atletas campeões europeus de andebol em cadeira de rodas. Como é trabalhar com atletas deste nível e de que forma isso ajuda a motivar o grupo?

Nunca tinha trabalhado com atletas com este nível, nem com esta experiência competitiva. Está a ser fantástico poder partilhar as quatro linhas com a experiência deles e com eles. Eu não os acompanhei a época passada, quando a Tina e o João vieram fazer parte deste projeto, mas conheço o trabalho deles antes de ingressarem n'Os Coxos. Tem sido o crescimento enorme, eles ajudam muito o grupo, e não falo a nível competitivo, porque isso, cada um deles tem o peso que sabemos, mas sim a nível individual. Cada um deles ajuda a corrigir determinados aspetos menos conseguidos em treino. Tal como me ajudam a mim a melhorar cada exercício, não ajudam só os colegas, como a mim também. Depois, claro que é um orgulho gigante para todos nós ter ambos na equipa, e mesmo que eles não queiram ser designados como exemplos, acabam sempre por ser, pois a experiência na modalidade, e esta última conquista europeia, acabam por fazer com que o grupo queira acompanhar o ritmo deles, e crescer até ao patamar deles. Temos também outros jogadores com grande experiência, como o Nuno e o André, que nos ajudam também a crescer. E todos juntos somos um só, e trabalhamos todos para o mesmo objetivo. E não é por ter dois atletas campeões europeus que achamos que vai correr tudo bem e que vamos conseguir tudo o que queremos alcançar, bem pelo contrário, vamos ter muitas dificuldades, pois os olhos e as preocupações das restantes equipas vão estar neles os dois e mais um ou outro. O que nos dificulta cada jogo. E, claro, vamos jogar com esse aspeto em cima da mesa e ter de calcular milimetricamente cada substituição, devido as pontuações que cada um tem, e não excedendo a pontuação de cada jogo, é trabalho dificultado para a minha parte também. Nem tudo são rosas. E este ano não temos tarefa facilitada quanto à gestão de equipa, devido a pontuações altas. Mas chegaremos o mais longe que conseguirmos e mais um bocadinho.

Colocar mais atletas na seleção nacional é outra meta?

Sim, esse sempre foi o nosso objetivo, desde que começámos a jogar um pouco melhor a modalidade. Temos atletas com grandes capacidades para tal, tendo de ser "limados" mais um pouco e tendo mais experiência de jogo, acho que facilmente teremos mais atletas na seleção. Principalmente atletas femininos que, no meu ponto de vista, temos a Tina, e temos mais duas atletas que tenho como objetivo ajudar para que isso possa acontecer, pois são as melhores atletas a nível nacional. E há mais dois ou três que estão aptos para tal neste momento. Mas isso são decisões de selecionadores e não nos competem a nós, continuamos a fazer o nosso trabalho e trabalhamos para esse objetivo. O que mais tarde ou mais cedo vai acontecer.



Os Coxos treinam no Pavilhão do Paião e têm dois campeões da europa na equipa. A meta passa por atacar o título nacional

"Nasci para ter uma ligação de cuidado para com o outro"

Quem é a Susana Oliveira fora do andebol?

É difícil falar de mim. Sou animadora num lar de idosos na Figueira da Foz. Gosto de cinema, de ver qualquer tipo de desporto, de passear, ler e ouvir música. Sou uma pessoa tímida e muito de ficar no seu canto, sem muita confusão, não gosta muito de ser o centro das atenções, nem tão pouco dar nas vistas. Gosto muito de cuidar do outro, acho que nasci para ter uma ligação de cuidado para com o outro. Daí a minha profissão e a dedicação a este projeto Os Coxos.

Como correu a aventura no futsal do Bruscos?

A passagem pelo futsal foi uma passagem "micro-ondas". Foi uma experiência proporcionada por uma amiga que jogava por lá. Infelizmente, não tinha a capacidade para jogar ao nível delas, e a minha onda de facto era outra. Pois esta experiência vem depois de ter deixado de jogar andebol. E anos mais tarde. Representei o clube uns anos no Torneio Interassociações em Condeixa. Foi a minha passagem pelo Bruscos. Como tenho outras passagens por outra modalidade, esta antes do andebol, que foi o voleibol, também no CAIC, mas nada me cativou tanto quanto o andebol.

Consegue imaginar-se noutra modalidade?

Estou sempre aberta a novas realidades desportivas e a novas modalidades. Não fecho porta a nenhuma modalidade. Mas a minha verdadeira paixão é mesmo o andebol. E nada é equiparado a ele, por isso não me vejo noutra modalidade a nível federado.

CISION

Diário de Coimbra

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 1384,17cm²
Âmbito: Regional
Period.: Diária
Pág: 20-21,1

ID: 121173407 22-01-2026

Susana Oliveira luta pela inclusão através do andebol



Treinadora de "Os Coxos" está encantada com o projeto que encontrou na Figueira da Foz e não esconde o sonho de chegar ao título na modalidade em cadeira de rodas **Páginas 20 e 21**

CISION

DIÁRIO de Notícias MADEIRA

Meio: Imprensa **Âmbito:** Regional
País: Portugal **Period.:** Diária
Área: 162,84cm² **Pág:** 22

ID: 121173073 22-01-2026



Portugal não pode cometer erro de se deslumbrar no europeu

O seleccionador Paulo Jorge Pereira disse ontem que Portugal não pode cometer o erro de se deslumbrar, após vencer a tetracampeã mundial Dinamarca, pelo que deve permanecer "naquela linha" para encarar a Ronda Principal do Europeu de andebol.

"A haver erro é o deslumbramento. Agora ficámos todos deslumbrados por termos feito uma coisa que é quase impossível, mas fizemos. Temos de nos manter tranquilos e continuar a trabalhar como temos vindo a fazer até aqui nestes anos todos", alertou o técnico, em declarações à agência Lusa, em Herning.

Na Ronda Principal, que apura os dois primeiros de cada 'poule' para as meias-finais, os lusos vão jogar sempre às 15h30 (14h30 em Lisboa), um horário que mereceu críticas.

"É uma hora muito má. É uma das coisas que esta organização não tem estado bem. Colocam os almoços às 11h30 e no dia seguinte às 15h30. Há horários de treino que, às vezes, são antes do almoço e outros com pequeno-almoço às 08h30. São dinamarqueses, não é? Há uma certa rigidez, altera muito o biorritmo das pessoas e pode não ser bom", lamentou.

Contudo, deixou claro que não pode servir de desculpa: "Os jogos às 15h30 podem ser um problema, mas não pode ser uma desculpa. Temos de ver o que temos de fazer para nos apresentarmos amanhã [hoje] na melhor forma possível".

A Alemanha, campeã europeia em 2004, será um primeiro oponente recheado de "atletas de eleição e a maior parte a jogar no melhor campeonato do mundo, a Bundesliga".

"Eles são melhores no ataque e na transição do que na defesa. Temos aí algo que podemos explorar e vamos tratar de fazer bem essas fases do jogo, sobretudo a recuperação defensiva e essas trocas", anteviu.

Depois do jogo com os germânicos, seguem-se os embates com a campeã em título França, no sábado, a Noruega, na segunda-feira, e a Espanha, no dia 28 de Janeiro.

CISION Diário do Minho

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 19,72cm²
Âmbito: Regional
Period.: Diária
Pág: 20

ID: 121173912

22-01-2026



ANDEBOL

Seleção lusa joga hoje com Alemanha

CISION Diário do Minho

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 276,08cm²
Âmbito: Regional
Period.: Diária
Pág: 25

22-01-2026

ID: 121173968





© DR

ANTI-DESLUMBRAMENTO

O selecionador Paulo Jorge Pereira disse ontem que Portugal não pode cometer o erro de se deslumbrar, após vencer a tetracampeã mundial Dinamarca, pelo que deve permanecer «naquela linha» para encarar a Ronda Principal do Europeu de andebol.

«A haver erro é o deslumbramento. Agora ficámos todos deslumbrados por termos feito uma coisa que é quase impossível, mas fizemos. Temos de nos manter tranquilos e continuar a trabalhar como temos vindo a fazer até aqui nestes anos todos», alertou o técnico, em declarações à agência Lusa, em Herning.

Na terça-feira, o histórico triunfo (31-29) na Jyske Bank Boxen, em Herning, perante 15.000 pessoas, permitiu aos 'heróis do mar' rumarem ao Grupo I da 'main round' com dois pontos, mas Paulo Jorge Pereira pretende menos euforia nos triunfos.

«Acho que temos de ser menos efusivos nas vitórias e menos derrotistas. Temos de estar ali naquela linha que nos permite continuar no dia seguinte", indicou.

Na Ronda Principal, que apura os dois primeiros de cada 'poule' para as meias-finais, os lusos vão jogar sempre às 15h30 (14h30 em Lisboa), um horário que mereceu críticas.

«É uma hora muito má. É uma das coisas que esta organização não tem estado bem. Colocam os almoços às 11h30 e no dia seguinte às 15h30. Há horários de treino que, às vezes, são antes do almoço e outros com pequeno-almoço às 08h30. São dinamarqueses, não é? Há uma certa rigidez, altera muito o biorritmo das pessoas e pode não ser bom», lamentou.

Contudo, deixou claro que não pode servir de desculpa: «Os jogos às 15h30 podem ser um problema, mas não pode ser uma desculpa. Temos de ver o que temos de fazer para nos apresentarmos amanhã [quinta-feira] na melhor forma possível».

Redação/Lusa

Portugal enfrenta Alemanha na Ronda Principal do Europeu de Andebol 2026

Tipo Meio: Internet Data Publicação: 22/01/2026

Meio: Futebol 365 Online

URL: https://pt.cision.com/s/?l=2e8dee93

Portugal e Alemanha iniciam hoje a Ronda Principal do Europeu de Andebol, ambos com dois pontos, após vencerem os seus grupos preliminares. O jogo será em Herning, onde os lusos buscam repetir a vitória contra a Dinamarca.

Portugal defronta hoje a Alemanha no arranque do Grupo I da Ronda Principal do Europeu de andebol de 2026, num encontro entre duas seleções que venceram os respetivos grupos e iniciam a próxima fase com dois pontos.

Os lusos, vencedores do Grupo B da fase preliminar, com cinco pontos, à frente da tetracampeã mundial em título Dinamarca, segunda, com quatro, começam por enfrentar a campeã de 2004 e 2016, que deverá contar com um forte apoio nas bancadas da Jysk Bank Boxen, situada na cidade dinamarquesa de Herning, a partir das 14:30 (horas em Lisboa).

Para tentar superiorizar-se aos teutónicos, que contam com pesos pesados como o central Juri Knorr, o ponta canhoto Lukas Zerbe ou o guarda-redes redes Andreas Wolff, Portugal precisa das performances de alto nível dos irmãos Martim e Francisco Costa, à imagem do que aconteceu no triunfo com os dinamarqueses, em que cada um assinou nove golos. Ausente do encontro com os germânicos vai estar o pivô Victor Iturriza, expulso contra a Dinamarca, após uma "ação extremamente imprudente e perigosa", de acordo com a Comissão Disciplinar da Federação Europeia de Andebol (EHF), que puniu o jogador do Kuwait SC com um jogo de castigo.

No dia de hoje, igualmente em Herning, a Espanha, coroada em 2018 e 2020, joga com a também coanfitriã Noruega, antes de a campeã em título França e a Dinamarca reeditarem a final da edição passada.

A participar pela nona vez na fase final de um Europeu, e quarta seguida, Portugal tem como melhor resultado o sexto lugar conseguido em 2020. Após o embate com a Alemanha, os heróis do mar medem forças com a França, no sábado, a Noruega, na segunda-feira, e a Espanha, no dia 28, com todos os jogos a iniciarem às 14:30 (horas em Lisboa), sendo que precisam de terminar entre os dois primeiros lugares da main round para atingir as meias-finais.
Redação c/Lusa

Portugal defronta Alemanha no arranque da Ronda Principal do Europeu de andebol

Tipo Meio: Internet Data Publicação: 22/01/2026

Meio: Impala Online

URL: https://pt.cision.com/s/?l=b70c75a3

Os lusos, vencedores do Grupo B da fase preliminar, com cinco pontos, à frente da tetracampeã mundial em título Dinamarca, segunda, com quatro, começam por enfrentar a campeã de 2004 e 2016, que deverá contar com um forte apoio nas bancadas da Jysk Bank Boxen, situada na cidade dinamarquesa de Herning, a partir das 14:30 (horas em Lisboa).

Para tentar superiorizar-se aos teutónicos, que contam com pesos pesados como o central Juri Knorr, o ponta canhoto Lukas Zerbe ou o guarda-redes redes Andreas Wolff, Portugal precisa das performances de alto nível dos irmãos Martim e Francisco Costa, à imagem do que aconteceu no triunfo com os dinamarqueses, em que cada um assinou nove golos.

Ausente do encontro com os germânicos vai estar o pivô Victor Iturriza, expulso contra a Dinamarca, após uma "ação extremamente imprudente e perigosa", de acordo com a Comissão Disciplinar da Federação Europeia de Andebol (EHF), que puniu o jogador do Kuwait SC com um jogo de castigo.

No dia de hoje, igualmente em Herning, a Espanha, coroada em 2018 e 2020, joga com a também coanfitriã Noruega, antes de a campeã em título França e a Dinamarca reeditarem a final da edição passada.

A participar pela nona vez na fase final de um Europeu, e quarta seguida, Portugal tem como melhor resultado o sexto lugar conseguido em 2020.

Após o embate com a Alemanha, os heróis do mar medem forças com a França, no sábado, a Noruega, na segunda-feira, e a Espanha, no dia 28, com todos os jogos a iniciarem às 14:30 (horas em Lisboa), sendo que precisam de terminar entre os dois primeiros lugares da main round para atingir as meias-finais.

AJC // PFO

By Impala News / Lusa

[Additional Text]:
Portugal defronta Alemanha no arranque da Ronda Principal do Europeu de andebol
Lusa Importador

CISION

JM

ID: 121172616

22-01-2026

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 95,2cm²
Âmbito: Regional
Period.: Diária
Pág: 27



PEREIRA PEDE PORTUGAL SEM DESLUMBRAMENTO

O selecionador Paulo Jorge Pereira disse que Portugal não pode cometer o erro de se deslumbrar, após vencer a tetracampeã mundial Dinamarca, pelo que deve permanecer "naquela linha" para encarar a partir de hoje a 'main round' do Europeu de andebol.

"A haver erro é o deslumbramento. Agora ficámos todos deslumbrados por termos feito uma coisa que é quase impossível, mas fizemos. Temos de nos manter tranquilos e continuar a trabalhar como temos vindo a fazer até aqui nestes anos todos", alertou.

Portugal começa por medir forças hoje com a Alemanha, em busca de um dos dois primeiros lugares do Grupo I.

EUROPEU ANDEBOL 2026
MAIN ROUND – GRUPO I

1.ª Jornada

Alemanha - Portugal	22/01 - 14h30, RTP1
Espanha - Noruega	22/01 - 17h00, RTP Play
França - Dinamarca	22/01 - 19h30, RTP Play

		J	V	E	D	G	P
1º	França	1	1	0	0	38-34	2
2º	Alemanha	1	1	0	0	34-32	2
3º	Portugal	1	1	0	0	31-29	2
4º	Espanha	1	0	0	1	32-24	0
3º	Dinamarca	1	0	0	1	29-31	0
4º	Noruega	1	0	0	1	34-38	0

CISION

OJOGO

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 91,35cm²
Âmbito: Desporto e Veículos
Period.: Diária
Pág: 30

ID: 121172122 22-01-2026



AGENDA

ANDEBOL

Campeonato da Europa - Ronda principal - 1.ª jornada - Grupo 1 - Alemanha-Portugal (14.30).

AUTOMOBILISMO

Mundial de Ralis (WRC) - Rali de Monte Carlo - SS 1 Toudon-Saint-Antonin (21,9 km às 15.05). SS 2 Esclangon-Seyne-les-Alpes (23,80 km às 17.35). SS 3 Vaumeilh-Claret 1 (15,06 km às 19.35).

CICLISMO

Tour Down Under - 2.ª etapa - Norwood-Uraidla (148,1 km), com a participação de Ivo Oliveira.

FUTEBOL

Liga Europa - Fase de Liga - 7.ª jornada - Plzen-F. C. Porto (17.45), Braga-Nottingham Forest (20).

HÓQUEI EM PATINS

Liga dos Campeões - Fase de Grupos - 5.ª jornada - Grupo A - F. C. Porto-Barcelona (20.30). **Grupo B** - Bassano-Óquei Barcelos (19.45), Benfica-Liceo Corunha (20.30), Oliveirense-Sporting (21).

TÉNIS

Open da Austrália - Grand Slam - Com a participação de Nuno Borges (individual) e Francisco Cabral (pares).
Oeiras Open - ATP Challenger 100.

CISION

O JOGO

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 497,35cm²
Âmbito: Desporto e Veículos
Period.: Diária
Pág: 26

ID: 121172138 22-01-2026



ANDEBOL Federação portuguesa apresentou uma exposição formal ao presidente da EHF, Michael Wiederer, a quem revelou profunda preocupação

SELEÇÃO PERDE ITURRIZA CASTIGADO

Após ter deixado a Europa de queixos caídos, ao impor a primeira derrota à Dinamarca ao cabo de 20 jogos em grandes competições, Portugal estreia-se hoje no Main Round do Europeu com a Alemanha.

RUI GUIMARÃES

●●● Como dizia Paulo Jorge Pereira, após a estrondosa vitória da Seleção Nacional de andebol frente à Dinamarca – tetracampeã mundial em título (2019, 2021, 2023 e 2025), campeã olímpica em exercício (Paris'2024) e medalha de prata Europeia (Alemanha'2024) –, o tempo para saborear estes êxitos é curto, uma vez que, menos de 48 horas depois, estará a iniciar-se o Main Round do Europeu, fase a que Portugal acedeu com dois pontos, precisamente em virtude desse triunfo.

Assim, hoje, pelas 14h30 (RTP 2), a equipa das Quinas defronta a Alemanha, que foi primeira classificada do Grupo A. Mas os Heróis do Mar estarão desfalcados de Victor Iturriza, que foi castigado com um jogo de suspensão, na sequência do cartão vermelho visto no desafio com a Dinamarca. "Após uma avaliação cuidadosa do incidente, a Comissão Disciplinar considerou que a ação foi gravemente imprudente e perigosa. (...) e decidiu que Victor Iturriza fica suspenso da participação nas competições da Seleção Nacional por um jogo. Por conseguinte, não tem direito a jogar o próximo jogo do Campeonato Europeu Masculino de 2026: Alemanha x Portugal, a 22 de janeiro de 2026", diz o comunicado oficial da Comissão Disciplinar da Federação Europeia de Andebol (EHF), tendo, em resposta, a Federação de Andebol de Portugal (FAP) feito chegar de imediato uma exposição formal ao presidente da EHF, Michael Wiederer.



AFP

Victor Iturriza foi desqualificado no encontro frente à Dinamarca

> *"[Victor Iturriza] não tem direito a jogar o próximo jogo do Campeonato Europeu"*
> **Comissão Disciplinar da EHF**

Igualdade de tratamento é exigido pela Federação

A FAP apresentou outras situações concretas de jogo, factuais e objetivas, que demonstram que outros jogadores, de equipas do mesmo grupo de Portugal, pelos mesmos factos e conduta, ou foram desqualificados diretamente, sem que tenham sido objeto de procedimento disciplinar subsequente, pelo que puderam ser utilizados para o jogo seguinte, ou até foram objeto de exclusão por dois minutos. Na mesma missiva, a entidade que tutela o andebol em Portugal exige respeito pelo trabalho que tem desenvolvido, quer no campo e desportivamente pela Seleção Nacional, quer fora de campo, em prol do desenvolvimento da modalidade.

Martim quer o mesmo resultado

A 29 de janeiro do ano passado, Portugal venceu a Alemanha, em Oslo, e apurou-se pela primeira vez para as meias-finais de um Campeonato do Mundo. Um triunfo por 31-30, com Martim Costa a marcar a bola do êxito. "Foi um momento inesquecível da minha carreira, ainda para mais com um prolongamento incrível", recordou o lateral-esquerdo do Sporting. Hoje, aparecem de novo os alemães. "Estamos num jogo completamente diferente, numa competição completamente diferente, mas queremos, obviamente, o mesmo resultado que tivemos no ano passado", avisou.

Andebol: Portugal defronta esta quinta-feira a Alemanha no arranque da Ronda Principal

Tipo Meio: Internet Data Publicação: 22/01/2026

Meio: Jogo Online (O)

URL: https://pt.cision.com/s/?l=44ed263b

Paulo Jorge Pereira

A participar pela nona vez na fase final de um Europeu, e quarta seguida, Portugal tem como melhor resultado o sexto lugar conseguido em 2020.

Portugal defronta esta quinta-feira a Alemanha no arranque do Grupo I da Ronda Principal do Europeu de andebol de 2026, num encontro entre duas seleções que venceram os respetivos grupos e iniciam a próxima fase com dois pontos.

Os lusos, vencedores do Grupo B da fase preliminar, com cinco pontos, à frente da tetracampeã mundial em título Dinamarca, segunda, com quatro, começam por enfrentar a campeã de 2004 e 2016, que deverá contar com um forte apoio nas bancadas da Jysk Bank Boxen, situada na cidade dinamarquesa de Herning, a partir das 14h30 (horas em Lisboa).

Para tentar superiorizar-se aos teutónicos, que contam com pesos pesados como o central Juri Knorr, o ponta canhoto Lukas Zerbe ou o guarda-redes redes Andreas Wolff, Portugal precisa das performances de alto nível dos irmãos Martim e Francisco Costa, à imagem do que aconteceu no triunfo com os dinamarqueses, em que cada um assinou nove golos.

Ausente do encontro com os germânicos vai estar o pivô Victor Iturriza, expulso contra a Dinamarca, após uma "ação extremamente imprudente e perigosa", de acordo com a Comissão Disciplinar da Federação Europeia de Andebol (EHF), que puniu o jogador do Kuwait SC com um jogo de castigo.

Esta quinta-feira, igualmente em Herning, a Espanha, coroada em 2018 e 2020, joga com a também coanfitriã Noruega, antes de a campeã em título França e a Dinamarca reeditarem a final da edição passada.

A participar pela nona vez na fase final de um Europeu, e quarta seguida, Portugal tem como melhor resultado o sexto lugar conseguido em 2020.

Após o embate com a Alemanha, os heróis do mar medem forças com a França, no sábado, a Noruega, na segunda-feira, e a Espanha, no dia 28, com todos os jogos a iniciarem às 14h30 (horas em Lisboa), sendo que precisam de terminar entre os dois primeiros lugares da main round para atingir as meias-finais.

CISION

Jornal de Notícias

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 263,9cm²
Âmbito: Informação Geral
Period.: Diária
Pág: 35

ID: 121171952 22-01-2026



Jogadores nos festejos da inédita vitória sobre a tetracampeã mundial Dinamarca

Exame germânico na ressaca da proeza

Portugal inicia segunda fase do Euro com outro duelo de exigência máxima. Alemães querem desforra do Mundial

Nuno A. Amaral
nuno.a.amaral@jn.pt

ANDEBOL Os ecos da histórica vitória sobre a Dinamarca ainda ressoam nos bastidores do Europeu, e não só, mas a seleção portuguesa não tem tempo a perder na corrida a uma inédita presença nas meias-finais da competição. A segunda fase, a denominada "main round", começa já hoje em Herning com um duelo frente à Alemanha (14.30 horas, RTP1), outro dos pesos-pesados da modalidade, que quererá desforrar-se da derrota por um golo (31-30), após prolongamento, sofrida às mãos de Portugal nos quartos de final do Mundial do ano passado.

"A haver erro é o deslumbramento. Temos de nos manter tranquilos e continuar a trabalhar, ser menos efusivos nas vitórias e menos derrotistas", disse o selecionador Paulo Jorge Pereira, algo irritado com o facto de Portugal jogar sempre a primeira partida de cada jornada desta fase.

"É uma das coisas em que esta organização não tem estado bem. Há horários de treino que, às vezes, são antes do almoço e outros com pequeno-almoço às 8.30 horas. São dinamarqueses... Há uma certa rigidez, mas não pode ser desculpa. Temos de ver o que fazer para nos apresentarmos na melhor forma possível", referiu.

Luís Frade, uma das figuras do triunfo sobre a Dinamarca, também sublinhou a importância de a equipa das quinas manter os pés na terra. "Foi uma vitória importantíssima, mas há muito jogo pela frente. Esta equipa quer mais, tem qualidade e está ciente de que pode fazer uma coisa muito bonita outra vez", afirmou o pivô do Barcelona, com elogios para a Alemanha: "Estamos a falar dos melhores atletas da competição. São muito fortes, coesos e têm um grande guarda-redes atrás [Andreas Wolff]". ●

Equipa de andebol em cadeira de rodas da Invictus Viseu joga pela primeira vez em casa

Tipo Meio: Internet Data Publicação: 22/01/2026

Meio: Jornal do Centro Online

URL: https://pt.cision.com/s/?l=d4e44b0f

A Invictus Viseu , Associação Desportiva, Recreativa e Cultural realiza este sábado, 24 de janeiro, a estreia competitiva em casa da sua equipa de Andebol em Cadeira de Rodas, no Pavilhão Desportivo do Instituto Politécnico de Viseu (IPV).

A primeira partida, referente à vertente ACR4 e a contar para o Campeonato Nacional, começa às 15h00 e opõe a Invictus Viseu à equipa “Os Coxos” , APD Figueira da Foz. Às 16h15, disputa-se o encontro da vertente ACR6, referente à Taça de Portugal, com a mesma formação como adversária.

A associação destaca que este momento é “marcante para o desporto inclusivo no concelho de Viseu” e realça a relevância da iniciativa pelo facto de a Invictus Viseu ser “a única equipa a representar o Distrito de Viseu nesta modalidade”.

Em comunicado, a Invictus Viseu afirma que este evento reforça o seu “compromisso contínuo com a promoção do desporto adaptado, da inclusão ativa e da igualdade de oportunidades no acesso à prática desportiva”.

A entrada no pavilhão é gratuita e a associação está a “mobilizar a comunidade viseense para marcar presença e apoiar a equipa neste momento histórico”. A Invictus Viseu sublinha ainda que esta ação contribui para “a valorização do desporto inclusivo e para a criação de uma cultura desportiva mais justa, acessível e participativa”.

O comunicado acrescenta que a jornada representa “para além da competição, a inclusão e impacto social positivo”.

Portugal defronta Alemanha no arranque da Ronda Principal do Europeu de andebol

Tipo Meio: Internet Data Publicação: 22/01/2026

Meio: Lusa Online

URL: https://pt.cision.com/s/?l=555e59b0

Portugal defronta hoje a Alemanha no arranque do Grupo I da Ronda Principal do Europeu de andebol de 2026, num encontro entre duas seleções que venceram os respetivos grupos e iniciam a próxima fase com dois pontos.

Portugal defronta Alemanha no arranque da Ronda Principal do Europeu de andebol

Tipo Meio: Internet Data Publicação: 22/01/2026

Meio: Lusa Online

URL: https://pt.cision.com/s/?l=dc983a19

Portugal defronta hoje a Alemanha no arranque do Grupo I da Ronda Principal do Europeu de andebol de 2026, num encontro entre duas seleções que venceram os respetivos grupos e iniciam a próxima fase com dois pontos.

Redação, 22 jan 2026 (Lusa) , Portugal defronta hoje a Alemanha no arranque do Grupo I da Ronda Principal do Europeu de andebol de 2026, num encontro entre duas seleções que venceram os respetivos grupos e iniciam a próxima fase com dois pontos.

(desporto)

Portugal defronta Alemanha no arranque da Main Round do Europeu

Tipo Meio: Internet Data Publicação: 22/01/2026

Meio: Notícias ao Minuto Online

URL: https://pt.cision.com/s/?l=87b72956

Portugal defronta hoje a Alemanha no arranque do Grupo I da Ronda Principal do Europeu de andebol de 2026, num encontro entre duas seleções que venceram os respetivos grupos e iniciam a próxima fase com dois pontos.

Os lusos, vencedores do Grupo B da fase preliminar, com cinco pontos, à frente da tetracampeã mundial em título Dinamarca, segunda, com quatro, começam por enfrentar a campeã de 2004 e 2016, que deverá contar com um forte apoio nas bancadas da Jysk Bank Boxen, situada na cidade dinamarquesa de Herning, a partir das 14:30 (horas em Lisboa).

Para tentar superiorizar-se aos teutónicos, que contam com pesos pesados como o central Juri Knorr, o ponta 'canhoto' Lukas Zerbe ou o guarda-redes redes Andreas Wolff, Portugal precisa das performances de alto nível dos irmãos Martim e Francisco Costa, à imagem do que aconteceu no triunfo com os dinamarqueses, em que cada um assinou nove golos.

Ausente do encontro com os germânicos vai estar o pivô Victor Iturriza, expulso contra a Dinamarca, após uma "ação extremamente imprudente e perigosa", de acordo com a Comissão Disciplinar da Federação Europeia de Andebol (EHF), que puniu o jogador do Kuwait SC com um jogo de castigo.

No dia de hoje, igualmente em Herning, a Espanha, coroada em 2018 e 2020, joga com a também coanfitriã Noruega, antes de a campeã em título França e a Dinamarca reeditarem a final da edição passada.

A participar pela nona vez na fase final de um Europeu, e quarta seguida, Portugal tem como melhor resultado o sexto lugar conseguido em 2020.

Após o embate com a Alemanha, os 'heróis do mar' medem forças com a França, no sábado, a Noruega, na segunda-feira, e a Espanha, no dia 28, com todos os jogos a iniciarem às 14:30 (horas em Lisboa), sendo que precisam de terminar entre os dois primeiros lugares da 'main round' para atingir as meias-finais.
Lusa

CISION

Record

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 438,9cm²
Âmbito: Desporto e Veículos
Period.: Diária
Pág: 28,1

ID: 121171635 22-01-2026



DUPLA BRILHOU NO TRIUNFO FRENTE À PODEROSA DINAMARCA

CAPDEVILLE E TONICHER COM GARRAS HEROICAS

Portugal tem guardiões de excelência que hoje podem voltar a ter teste frente à Alemanha

EUROPEU MASCULINO DE ANDEBOL 2026
Dinamarca • Suécia • Noruega
• 15 de janeiro a 1 de fevereiro

ALEXANDRE REIS



FOCADOS. Pedro Tonicher e Gustavo Capdeville realizaram boas exibições

Portugal quebrou a invencibilidade da poderosa Dinamarca, fechando a primeira fase do Europeu com uma vitória (31-29) histórica, que deu passagem à Main Round 1, que se inicia hoje (14h30) frente à Alemanha. E o primeiro triunfo de sempre dos Heróis do Mar frente aos tetracampeões mundiais e campeões olímpicos não foi fruto de milagre, mas de competência, com um dos melhores ataques do mundo, equilibrado com a defesa coesa, escudada nos guarda-redes Gustavo Capdeville e do estreante Pedro Tonicher.

"Foi grande vitória, histórica, perante 15 mil espectadores, a torcerem pela melhor seleção do mundo. Mas a Dinamarca algum dia haveria de perder. Com a mentalidade certa, mesmo depois do jogo menos conseguido com a Macedónia, conseguimos ganhar. Mostrámos que podemos vencer qualquer seleção, mesmo a jogar fora", considerou Capdeville, de 28 anos, a **Record**, que fez 7 defesas (27% de eficácia), mas adverte: "Segue-se a Main Round e não podemos ficar agarrados a esta vitória, temos de continuar a vencer." Alfredo Quintana, antigo guardião da Seleção, continua a ser inspiração: "Morreu há 5 anos, mas continuará a ser sempre recordado. De certo que nos acompanha, nos bons e maus momentos."

PARA LER AINDA MAIS NO R PREMIUM

Com 3 defesas (23%), Pedro Tonicher também esteve em destaque na baliza lusa frente à Dinamarca, demonstrando aos 23 anos grande maturidade. O guarda-redes do Cuenca cometeu a proeza de defender dois remates de Mathias Gidsel, considerado o melhor andebolista do mundo, e explicou a façanha: "Estudamos bem os adversários, tentamos obter o máximo de informação, mas são sempre difíceis de parar, porque os grandes jogadores têm muita criatividade e fazem coisas muito diferentes em cada jogada."

"NÃO PODEMOS FICAR AGARRADOS A ESTA VITÓRIA. TEMOS DE CONTINUAR A VENCER NA MAIN ROUND"
GUSTAVO CAPDEVILLE, guarda-redes da Seleção

O filho dos antigos andebolistas Marco e Ana Tonicher lançou os jogos que aí vêm da Main Round: "São quatro finais, vamos preparar jogo a jogo e trabalhar para sairmos por cima."

CISION

Record

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 438,9cm²
Âmbito: Desporto e Veículos
Period.: Diária
Pág: 28,1

ID: 121171635 22-01-2026



Capdeville e Tonicher com garras de heróis no triunfo frente à Dinamarca

Tipo Meio: Internet Data Publicação: 22/01/2026

Meio: Record Online

URL: https://pt.cision.com/s/?l=147a8838

Portugal quebrou, esta terça-feira, a invencibilidade da poderosa Dinamarca, após 19 vitórias seguidas nas grandes competições, fechando a primeira fase do Europeu com uma vitória (31-29) histórica, que deu passagem à Main Round com 2 pontos.

E o primeiro triunfo de sempre dos Heróis do Mar frente aos tetracampeões mundiais e campeões olímpicos não foi fruto de nenhum milagre, mas antes da competência, com uma tática onde o ataque, dos melhores do mundo, equilibrou-se com a defesa coesa, escudada nas atuações dos guarda-redes Gustavo Capdeville e do estreante Pedro Tonicher.

"Foi grande vitória, histórica, perante 15 mil espectadores,
a torcerem pela melhor seleção do mundo. Mas essa mesma Dinamarca algum dia haveria de perder. Com a mentalidade certa, mesmo depois do jogo menos
conseguido com a Macedónia, conseguimos ganhar. A Dinamarca tem estado acima de todos, tem grande ataque e guarda-redes do melhor que há. Mas mostrámos que podemos vencer qualquer seleção, mesmo a
jogar fora", considerou Gustavo Capdeville, de 28 anos, a Record, que fez 7 defesas e alcançou uma eficácia de 27% frente a um dos melhores ataques no mundo do andebol.

A performance de Portugal, 4º no Mundial'2025, inicia uma nova era, com a Seleção a reforçar a sua candidatura a uma medalha no Europeu, a decorrer em Herning.

Mesmo a jogar fora, já não há papões para Portugal, que bateu a Suécia no Europeu'2020 perante 12 mil suecos, venceu a Noruega no Mundial'2025 perante 11.500 noruegueses e agora a Dinamarca, em sua casa, perante 15 mil almas.

Mas Capdeville adverte: "Segue-se a Main Round e não podemos estar agarrados a esta
vitória frente à Dinamarca, pois temos de continuar a vencer. Basta ver aquilo que aconteceu à Sérvia, ganhou à Alemanha, mas ficou pelo caminho."

Quando acabar a época, o guarda-redes do Benfica vai rumar ao Holstebro, regressando à Dinamarca. E justificou: "Quero evoluir, terei de me
adaptar a uma cultura diferente, o andebol é diferente, com uma liga muito
competitiva. Estou entusiasmado."

Sobre ser uma primeira escolha na Seleção, Capdeville não se considera o titular indiscutível: "Quando entro em campo o mais importante é ajudar a
equipa a vencer."

Alfredo Quintana, antigo guardião da Seleção, continua a ser a sua inspiração: "Morreu há 5 anos, mas continuará a ser sempre recordado. De certo que nos acompanha, nos bons e maus momentos."

Pedro Tonicher feliz nos Heróis do Mar

Com 3 defesas e 23% de eficácia, Pedro Tonicher também esteve em destaque na baliza lusa frente à Dinamarca, demonstrando aos 23 anos, grande maturidade.

"A minha estreia num Europeu foi uma sensação muito boa, um sonho tornado realidade. Mesmo perante 15 mil espectadores da casa, não fomos intimidados, porque é uma alegria muito grande jogar num pavilhão cheio. Acabamos focados 100% na partida, sem sermos afetados pelo ambiente, apesar de todos estarem a puxar pelo adversário."

O guarda-redes dos espanhóis do Cuenca-Ciudad Encantada cometeu a proeza de defender dois remates de Mathias Gidsel, considerado o melhor andebolista do mundo, e explicou a façanha: "Estudamos bem os jogadores adversários, tentamos obter o máximo de informação, mas são sempre difíceis de parar, porque os grandes jogadores têm muita criatividade e fazem coisas muito diferentes em cada jogada."

O filho dos antigos andebolistas Marco e Ana Tonicher explicou ainda o porquê de ir jogar para Espanha: "É uma liga competitiva, podemos ganhar ou perder com equipas do cimo ou de baixo da tabela. Tenho tido bastante tempo de jogo, o treinador acredita em mim, é algo que me fez evoluir."

Pedro Tonicher está feliz no seio dos Heróis do Mar: "Integrei-me bem, a equipa é muito simpática."

Sobre os jogos que aí vêm? "São quatro finais, vamos preparam jogo a jogo e trabalhar para sairmos por cima."

Tem planos para as 14h30? Pense bem, joga a seleção de andebol

Tipo Meio: Internet Data Publicação: 22/01/2026

Meio: Renascença Online

URL: https://pt.cision.com/s/?l=43a6653e

Arranca o main round e o primeiro adversário dos portugueses é a Alemanha. O pivô Victor Iturriza, expulso no triunfo histórico contra a Dinamarca, vai estar ausente.

Portugal defronta esta quinta-feira a Alemanha no arranque do Grupo I da Ronda Principal do Europeu de andebol de 2026, num encontro entre duas seleções que venceram os respetivos grupos e iniciam a próxima fase com dois pontos.

Os lusos, vencedores do Grupo B da fase preliminar, com cinco pontos, à frente da tetracampeã mundial em título Dinamarca, segunda, com quatro, começam por enfrentar a campeã de 2004 e 2016, que deverá contar com um forte apoio nas bancadas da Jysk Bank Boxen, situada na cidade dinamarquesa de Herning, a partir das 14h30 (horas em Lisboa).

Já segue a Bola Branca no WhatsApp? É só clicar aqui

Para tentar superiorizar-se aos teutónicos, que contam com pesos pesados como o central Juri Knorr, o ponta canhoto Lukas Zerbe ou o guarda-redes redes Andreas Wolff, Portugal precisa das performances de alto nível dos irmãos Martim e Francisco Costa, à imagem do que aconteceu no triunfo com os dinamarqueses, em que cada um assinou nove golos.

Ausente do encontro com os germânicos vai estar o pivô Victor Iturriza, expulso contra a Dinamarca, após uma "ação extremamente imprudente e perigosa", de acordo com a Comissão Disciplinar da Federação Europeia de Andebol (EHF), que puniu o jogador do Kuwait SC com um jogo de castigo.

Neste dia, igualmente em Herning, a Espanha, coroada em 2018 e 2020, joga com a também coanfitriã Noruega, antes de a campeã em título França e a Dinamarca reeditarem a final da edição passada.

A participar pela nona vez na fase final de um Europeu, e quarta seguida, Portugal tem como melhor resultado o sexto lugar conseguido em 2020.

Após o embate com a Alemanha, os heróis do mar medem forças com a França, no sábado, a Noruega, na segunda-feira, e a Espanha, no dia 28, com todos os jogos a iniciarem às 14h30 (horas em Lisboa), sendo que precisam de terminar entre os dois primeiros lugares da main round para atingir as meias-finais.

Andebol
Lusa

Portugal defronta Alemanha no arranque da Main Round do Europeu

Tipo Meio: Internet Data Publicação: 22/01/2026

Meio: Sapo Online - Sportinforma Online

URL: https://pt.cision.com/s/?l=a91bf199

Portugal defronta hoje a Alemanha no arranque do Grupo I da Ronda Principal do Europeu de andebol de 2026, num encontro entre duas seleções que venceram os respetivos grupos e iniciam a próxima fase com dois pontos.

Os lusos, vencedores do Grupo B da fase preliminar, com cinco pontos, à frente da tetracampeã mundial em título Dinamarca, segunda, com quatro, começam por enfrentar a campeã de 2004 e 2016, que deverá contar com um forte apoio nas bancadas da Jysk Bank Boxen, situada na cidade dinamarquesa de Herning, a partir das 14:30 (horas em Lisboa).

Para tentar superiorizar-se aos teutónicos, que contam com pesos pesados como o central Juri Knorr, o ponta 'canhoto' Lukas Zerbe ou o guarda-redes redes Andreas Wolff, Portugal precisa das performances de alto nível dos irmãos Martim e Francisco Costa, à imagem do que aconteceu no triunfo com os dinamarqueses, em que cada um assinou nove golos.

Ausente do encontro com os germânicos vai estar o pivô Victor Iturriza, expulso contra a Dinamarca, após uma "ação extremamente imprudente e perigosa", de acordo com a Comissão Disciplinar da Federação Europeia de Andebol (EHF), que puniu o jogador do Kuwait SC com um jogo de castigo.

No dia de hoje, igualmente em Herning, a Espanha, coroada em 2018 e 2020, joga com a também coanfitriã Noruega, antes de a campeã em título França e a Dinamarca reeditarem a final da edição passada.

A participar pela nona vez na fase final de um Europeu, e quarta seguida, Portugal tem como melhor resultado o sexto lugar conseguido em 2020.

Após o embate com a Alemanha, os 'heróis do mar' medem forças com a França, no sábado, a Noruega, na segunda-feira, e a Espanha, no dia 28, com todos os jogos a iniciarem às 14:30 (horas em Lisboa), sendo que precisam de terminar entre os dois primeiros lugares da 'main round' para atingir as meias-finais.
SAPO

Andebol: Portugal defronta esta quinta-feira a Alemanha no arranque da Ronda Principal

Tipo Meio: Internet Data Publicação: 22/01/2026

Meio: Sapo Online - Sportinforma Online

URL: https://pt.cision.com/s/?l=e9d25536

A participar pela nona vez na fase final de um Europeu, e quarta seguida, Portugal tem como melhor resultado o sexto lugar conseguido em 2020.

Portugal defronta esta quinta-feira a Alemanha no arranque do Grupo I da Ronda Principal do Europeu de andebol de 2026, num encontro entre duas seleções que venceram os respetivos grupos e iniciam a próxima fase com dois pontos.

Os lusos, vencedores do Grupo B da fase preliminar, com cinco pontos, à frente da tetracampeã mundial em título Dinamarca, segunda, com quatro, começam por enfrentar a campeã de 2004 e 2016, que deverá contar com um forte apoio nas bancadas da Jysk Bank Boxen, situada na cidade dinamarquesa de Herning, a partir das 14h30 (horas em Lisboa).

Para tentar superiorizar-se aos teutónicos, que contam com pesos pesados como o central Juri Knorr, o ponta canhoto Lukas Zerbe ou o guarda-redes redes Andreas Wolff, Portugal precisa das performances de alto nível dos irmãos Martim e Francisco Costa, à imagem do que aconteceu no triunfo com os dinamarqueses, em que cada um assinou nove golos.

Ausente do encontro com os germânicos vai estar o pivô Victor Iturriza, expulso contra a Dinamarca, após uma "ação extremamente imprudente e perigosa", de acordo com a Comissão Disciplinar da Federação Europeia de Andebol (EHF), que puniu o jogador do Kuwait SC com um jogo de castigo.

Esta quinta-feira, igualmente em Herning, a Espanha, coroada em 2018 e 2020, joga com a também coanfitriã Noruega, antes de a campeã em título França e a Dinamarca reeditarem a final da edição passada.

A participar pela nona vez na fase final de um Europeu, e quarta seguida, Portugal tem como melhor resultado o sexto lugar conseguido em 2020.

Após o embate com a Alemanha, os heróis do mar medem forças com a França, no sábado, a Noruega, na segunda-feira, e a Espanha, no dia 28, com todos os jogos a iniciarem às 14h30 (horas em Lisboa), sendo que precisam de terminar entre os dois primeiros lugares da main round para atingir as meias-finais.
SAPO

CISION

O SETUBALENSE

Meio: Imprensa
País: Portugal
Área: 56,95cm²
Âmbito: Regional
Period.: Diária
Pág: 15

ID: 121176700

22-01-2026



ANDEBOL

Almada venceu o 3.º classificado

A equipa de andebol do Almada obteve, na 16.ª jornada da Divisão de Honra, mais uma vitória, neste caso concreto, no reduto do Ginásio de Santo Tirso, por 30-27.

A equipa almadense foi para o intervalo a perder por um golo de diferença (12-11) mas na segunda parte foi claramente superior ao adversário, venceu por quatro golos (15-19) e deu a volta ao marcador, resultando daí um saboroso triunfo sobre o terceiro classificado da competição.

A equipa almadense valeu pelo seu conjunto mas apesar disso será de destacar o excelente desempenho de Tomás Correia que marcou 12 golos e Gonçalo Cordeiro que marcou oito.

A equipa comandada por Filipe Rita segue nesta altura em sétimo lugar na tabela classificativa com 29 pontos, produto de 6 vitórias um empate e 9 derrotas nos 16 jogos até agora realizados.

No próximo sábado, dia 24 de Janeiro, às 18 horas, o Almada recebe no Pavilhão Adelino Moura, no Pragal, o Carvalhos, que lidera a competição.

URL: https://pt.cision.com/s/?l=1addd09d

Paulo Alexandre Mendes Abreu iniciou o seu percurso no andebol em Fermentões, tendo se mudado para o Clube Desportivo Xico Andebol 2015, onde era capitão e tinha conquistado o título de campeão nacional da 2ª divisão na época de 2020/2021 e ainda o de tetracampeão universitário pela Universidade do Minho.Publicidade
O funeral realiza-se este sábado, às 15h30, na Igreja de Santo Amaro, em Mascotelos.

O Presidente da Câmara Municipal de Guimarães, Domingos Bragança, expressa a sua consternação pelo seu falecimento através desta Nota de Pesar, apresentando à sua Família e Amigos as mais sentidas condolências, e prestando a sua solidariedade ao seu pai, Paulo Abreu, Presidente da Junta da União de Freguesias de Candoso Santiago e Mascotelos.Publicidade

Source link

Publicidade 34

[Additional Text]:
paulo abreu
https://www.facebook.com/canalalentejo

HandLeça Cup 2026 - Viral Agenda

Tipo Meio: Internet Data Publicação: 22/01/2026

Meio: Viral Online

URL: https://www.viralagenda.com/pt/events/1736254/handleca-cup-2026

Desporto

Matosinhos

Ver mapa

Complexo Desportivo de Leça da Palmeira

da, R. Bataria 225, 4450 Leça da Palmeira, Portugal - Leça da Palmeira

8.ª Edição do Torneio de Andebol

A 8.ª edição do torneio decorrerá entre os dias 14 e 17 de fevereiro, reunindo equipas de todo o país (e não só!) num ambiente único de amizade, desportivismo e paixão pelo andebol.

Com os escalões de -, -, - e -, nos géneros e , o torneio promete quatro dias cheios de emoção, competição e diversão!

Fonte: https://www.cm-matosinhos.pt/evento/handleca-cup-2026

Promotor

Município de Matosinhos

Esperança além-fronteiras volta a ter a Alemanha no caminho

Tipo Meio:	Internet	Data Publicação:	22/01/2026
Meio:	ZeroZero.pt Online	Autores:	Miguel Freitas

URL: https://pt.cision.com/s/?l=ffd08661

Não há tempo a perder neste EHF Euro 2026 eletrizante. Depois da vitória histórica perante a Dinamarca na última terça-feira, Portugal prepara-se para mais um duelo de alto nível em Herning, desta vez frente à Alemanha, que já sofreu uma derrota nesta competição, mais concretamente contra a Sérvia.

Apesar deste desaire surpreendente, os comandados de Alfred Gíslason já provaram ser uma das melhores seleções do Europeu, com o resultado frente à Espanha a reforçar esta ideia. Nomes como Andreas Wolff, Juri Knorr, Johannes Golla ou Marko Grgic demonstram o poderio de um conjunto que ainda procura regularidade exibicional no Europeu. Esta partida torna-se ainda mais interessante se tivermos em conta que os alemães enfrentam uma seleção portuguesa motivada pela vitória histórica sobre a Dinamarca.

Alemanha

2026-01-2214:30PortugalEURO2026-01-2417:00NoruegaEURO2026-01-2619:30DinamarcaEURO2026-01-2817:00FrançaEURO

ver mais

Os comandados de Paulo Jorge Pereira subiram o nível apresentado de forma considerável e revelaram a capacidade necessária para chocarem o andebol internacional, tendo em conta os argumentos apresentados e desenvolvidos para ultrapassar uma equipa praticamente intransponível nos dois lados do campo.

Agora, o desafio mantém um elevado grau de dificuldade e traz recordações especiais: há um ano, os Heróis do Mar garantiram a passagem às meias-finais do Mundial 2025 com um triunfo épico, nos últimos segundos, precisamente contra esta Alemanha. A 22 de janeiro de 2026, quem conseguirá somar os dois pontos?

Martim Costa em discurso direto

Embate: Acho que terá de haver muito do que aconteceu no jogo com a Dinamarca: paciência no nosso ataque e procura constante pela melhor solução possível. Temos de criar boas oportunidades de remate, sem precipitações, porque sabemos que podemos sofrer muitos golos em contra-ataque, já que é uma equipa que corre muito. Temos de procurar sempre a melhor solução e, obviamente, acredito que, se trabalharmos o ataque como trabalhámos frente à Dinamarca e mantivermos essa paciência, estaremos sempre mais perto de marcar mais golos do que o adversário e de ganhar.

[Additional Text]:
Esperança além-fronteiras volta a ter a Alemanha no caminho
Miguel Freitas