

## Casa do Benfica de Lamego

## Porto-Gaia Granfondo

Com as presenças de Alejandro Valverde (Campeão Mundial 2018) e Samuel Sanchez (Campeão Olímpico Pequim 2008), realizou-se no passado dia 2 de Abril, a segunda edição do Porto-Gaia Granfondo, numa excelente organização da Academia da Bicicleta, superiormente conduzida por Cândido Barbosa.



Com partida do coração da Cidade Invicta e final no quartel da Serra do Pilar, situado em Vila Nova de Gaia, o percurso não se limitou a estas duas cidades, estendendo-se aos concelhos de Gondomar, Penafiel, Castelo de Paiva, Arouca e Santa Maria da Feira.

A Casa do Benfica de Lamego Cycling Team, marcou presença neste prestigiado evento, com as participações de João Guerra e Miguel Friães, 10.º classificados na categoria M60, com tempo ex aequo.

Próximos eventos, dia 23 de Abril, Torres Vedras GF e 7 de Maio, Dourogranfondo.

## Casa do Benfica de Lamego

## Aveiro Spring Classic

Pelas 09.00h do dia 26 de março de 2023, junto ao Centro Cultural e Congressos, deu-se início à Aveiro Spring Classic, com 1.700 participantes na linha de partida.



Sendo a "Veneza Portuguesa" uma das regiões mais icónicas do país, reconhecida pela sua famosa ria, canais e coloridos moliceiros, pretendeu-se reavivar os sentimentos que esta região proporciona, estendendo-se aos concelhos vizinhos de Ílhavo e Vagos.

Apesar da dificuldade do percurso, com extensos e duros troços de sterrato, João Guerra, em representação da Casa do Benfica Cycling Team, esteve em excelente plano obtendo um brilhante 12.º lugar na categoria M60, vencida por Alexandre Ruas, grande nome do ciclismo nacional.

Próximas participações nos Granfondos de Porto-Gaia, Montemuro e Torres Vedras.

## Armamar

## Há bola na escola alargado ao Primeiro Ciclo

A Câmara Municipal de Armamar e o Agrupamento de Escolas Gomes Teixeira renovaram, no passado dia 14 de março, o protocolo de colaboração com a Associação de Futebol (AF) de Viseu, para alargar o projeto "Há Bola na Escola" aos alunos do primeiro ciclo do ensino básico.

Na cerimónia estiveram António Silva, Vice-Presidente e Vereador dos pelouros da educação e do desporto, Joaquim Duarte, Diretor do Agrupamento de Escolas Gomes Teixeira de Armamar e José Carlos



Lopes, Presidente da Associação de Futebol de Viseu.

Com o "Há Bola na Escola" 140 alunos do primeiro ciclo do ensino básico podem agora tomar contacto com as duas modalidades desenvolvidas pela AF Viseu. No momento da assinatura, António Silva

frisou o empenho da Autarquia em "colaborar com todos os intervenientes, de forma a melhorar a prática desportiva e qualificar a mesma". O Presidente da AF de Viseu agradeceu à Câmara Municipal a oportunidade que criará "condições para que os alunos

do primeiro ciclo possam desenvolver competências como o equilíbrio e a coordenação, estando a bola sempre presente". Por sua vez, Joaquim Duarte disse que no agrupamento escolar "estaremos sempre disponíveis para este tipo de desafios e para garantir a prática desportiva com qualidade".

No ato esteve também Hernâni Duarte, Presidente do Armamar Futsal Clube (AFC). O AFC tem sido um elo fundamental no trabalho de promoção da atividade física e desportiva, na comunidade escolar e fora dela.

## Piscinas Municipais de S. João da Pesqueira

## Equipa de Tarouca no 49.º Torneio de Natação Prof. Afonso Saldanha

No passado dia 25 de março a equipa de natação de competição das Piscinas Municipais de Tarouca participou no 49.º Torneio de Natação Prof. Afonso Saldanha, que teve lugar nas Piscinas Municipais de S. João da Pesqueira.

A equipa de Tarouca fez-se representar por 10 atletas, nos diferentes escalões:

Filipa Ferraz (Cadete A C7), Leonor Cavalheiro (Cadete A C7) Núria Assunção (Cadete A C7), Bruno Félix (Cadete A C7), João Carvalho (Infantis A C5), Renato Santos (Juvenis B C4), Carolina Amaral (Juvenis A C3), Tomás Cardoso (Juniões C2), Carolina Cavalheiro (Sénior C1) e Ana Rita Ribeiro (Sénior C1).

Nesta prova destaca-



ram-se, individualmente:

– 2.º Lugar Filipa Ferraz (C7), nos 25m Mariposa (fem.) e 3.º Lugar nos 50m Livres (fem.);

– 2.º Lugar Leonor Cavalheiro (C7), nos 50m Costas (fem.) e 1.º Lugar nos 50m Bruços (fem.);

– 1.º Lugar Núria Assunção (C7), nos 50m Costas (fem.) e 2.º Lugar nos

50m Bruços (fem.);

– 1.º Lugar João Carvalho (C5), nos 50m Costas (masc.) e 3.º Lugar nos 50m Livres;

– 1.º Lugar Renato Santos (C4), nos 50m Mariposa (masc.) e 1.º Lugar nos 50m Bruços (masc.);

– 1.º Lugar Carolina Amaral (C3), nos 50m Mariposa (fem.) e 1.º Lugar nos

50m Livres (fem.);

– 1.º Lugar Tomás Cardoso (C2), nos 50m Mariposa (masc.) e 1.º Lugar nos 50m Livres (masc.);

– 2.º Lugar Carolina Cavalheiro (C1), nos 50m Costas (fem.) e 2.º Lugar nos 50m Livres (fem.);

– 1.º Lugar Ana Rita Ribeiro (C1), nos 50m Costas (fem.) e 1.º Lugar nos 50m Livres (fem.).

Das 15 equipas inscritas para a prova de estafetas - 4x25m Estilos, a equipa de natação de Tarouca obteve o 2.º e o 12.º lugar respetivamente.

Parabéns a todos os atletas que participaram nesta competição pelos resultados alcançados e pelo trabalho e motivação que demonstram em todos os treinos.

A próxima concentração será em Sernancelhe, no dia 27 de maio.