



Boletim de informação desportiva no Clube Desportivo Pinhalnovense



Plantel no jogo com o Alcochetense; Em cima: Dionísio (Treinador, F. Almeida, Bruno, F. Coimbra, F. Mestre, F. Mendes, Luís, Tiago e João Mateus (Treinador). Em baixo: Hugo (capitão), Joel, Ruben, Tiago Gomes, Marco e João Rafael.

## A EQUIPA DE ESCOLAS CONTINUA SEM PERDER CINCO JOGOS: 4 VITÓRIAS E 1 EMPATE

### PINHALNOVENSE, 3 - ALCOCHETENSE, 2

A nossa equipa de Escolas recebeu no seu recinto o Alcochetense, e venceu por 3-2 com 1-1 ao intervalo. Os nossos jovens jogadores começaram algo nervosos, dado que, iriam defrontar o primeiro classificado e que até ontem, contavam por vitórias os jogos (quatro) até então efectuados. E logo aos cinco minutos sofreram o primeiro golo. Não desanimaram os escolinhas e a um minuto do intervalo na marcação de um livre directo Luís Cruz com um remate forte estabeleceu a igualdade.

No segundo tempo, logo aos três minutos o artilheiro dos escolinhas, Filipe Coimbra, coloca a equipa a vencer. Como quase todo o encontro, a equipa estava a jogar bem. Mas nestas coisas de um jogo de futebol quem não marca acontece... o inesperado e o Alcochetense empata a partida aos 31 m por intermédio do seu número sete num remate de fora da área do lado esquerdo do seu ataque. Baide de água fria. Mas os nossos jovens não desanimam e vão à luta, à procura do golo da vitória. E conseguem com um bonito golo de Filipe Almeida aos 43 m, que tinha praticamente acabado de entrar, num vistoso remate também de fora da área da equipa contrária.

Jaimestre

### HOJE NO

## PINHALNOVENSE - CAMACHA

**NOS BONS E MAUS  
MOMENTOS APOIA O TEU  
PINHALNOVENSE**

Página 12

### CONHEÇA "AS HISTÓRIAS" DE ORLANDO ALEXANDRE ACTUAL MASSAGISTA DO PINHALNOVENSE

(Páginas 9, 10 e 11)

### BASQUETEBOL

#### RESULTADOS DESTES FIM DE SEMANA

SENIORES	98	PINHALNOVENSE	SP FARENSE	77
CADETES M.	43	PINHALNOVENSE	ALMADA BASK.	72
INICIADOS M.	57	PINHALNOVENSE	SCALIPUS	51

### NA CATEGORIA DE INICIADOS

## PALMELENSE, 0 - PINHALNOVENSE, 9

Num derby do concelho de Palmela nada melhor que uma vitória sobre o rival, seja em que escalão for. E quando o resultado atinge o número de nove então sabe mesmo bem. Geovany não esteve pelos ajustes e marcou quatro (!). Os outros golos foram de Jorge Caldeira dois, Luís Camelo também dois e o Ricardo um.

Para a história O Pinhalnovense alinhou durante o jogo com: Luís Teixeira, Mike, Geovany, Murilhas, Fábio Pinto, Wilson, Fábio Sanches, Luís Camelo, Jorge Caldeira, Ricardo Martins, Carrilho e Nuno Silva.

Jaimestre

### ACCÃO DE RASTREIO NO C.D.P

- MEÇA A SUA TENSÃO ARTERIAL
- O NÍVEL DE DIABETES

COM O DEPARTAMENTO CLÍNICO DO  
CLUBE DESPORTIVO PINHALNOVENSE/LOJA AZUL.  
(A CARGO DE MANUEL CORREIA. ACTUAL MASSAGISTA DO CLUBE)

### FUTEBOL JOVEM

RESULTADOS DESTES FIM DE SEMANA, 08 e 09 de NOVEMBRO DE 2003

ESCOLAS	3	PINHALNOVENSE	ALCOCHETENSE	2
INFANTIS	0	PALMELENSE	PINHALNOVENSE	9
INICIADOS	2	SINDICATO	PINHALNOVENSE	2
JUVENIS	1	PINHALNOVENSE	ALCACERENSE	0
JUNIORES	2	SEIXAL	PINHALNOVENSE	1

No interior conheça a equipa de Infantis e o seu calendário!

## PLANO DE APRENDIZAGEM DESPORTIVA

### ESCOLA DE FUTEBOL PARA JOVENS DOS 6 AOS 10 ANOS MASCULINOS

#### DESCRIÇÃO GERAL DO PLANO

O funcionamento da Escola de Aprendizagem Desportiva decorre no período de Novembro de 2003 a maio de 2004, com o encerramento da época desportiva no final do mês de Maio.

O plano é constituído por duas aulas semanais para cada aluno, de acordo com a sua disponibilidade e o horário de funcionamento da Escola, de 3ª e 5ª Feira das 16h00 às 17h45, exceptuando situações pontuais imprevistas, causadas por alterações impostas por provas oficiais do Clube.

As aulas são leccionadas no Campo Santos Jorge em Pinhal Novo, com balneários próprios para a escola de futebol, e por um treinador de futebol devidamente credenciado com curso oficial de III nível, e vasta experiência e conhecimento deste escalão etário. Seguindo um rigoroso plano para jovens desta idade, que acompanha individualmente, adequando a carga de aprendizagem à maturidade de cada aluno.

O Clube contratou um seguro de acidentes pessoais exclusivo para a Escola de Futebol, de modo a poder responsabilizar-se por acidentes verificados nas aulas, e no trajecto da residência do aluno para o Campo Santos Jorge e vice-versa. Este seguro tem uma cobertura de 15.000,00 Euros em caso de Invalidez Permanente, e 1.250,00 Euros para despesa de tratamento

#### CONDIÇÕES DE INSCRIÇÃO

Com o preenchimento obrigatório da Ficha de Inscrição, deve ser entregue a autorização de prática desportiva assinada pelo encarregado de educação

tutor, que deve ser sócio ou associar-se ao C. D. Pinhalnovense, sendo que pode optar por associar o aluno. Devem ser entregues os documentos abaixo discriminados:

- 1 Foto do aluno
- 1 Foto do encarregado do encarregado de educação/tutor (segurança)
- Fotocópia simples do BI ou Cédula Pessoal do aluno.
- Fotocópia simples do BI do encarregado de educação/tutor
- Declaração médica de que não possui qualquer impedimento físico para a prática desportiva.

#### EQUIPAMENTO E MODALIDADES DE PAGAMENTO

Todos os alunos devem adquirir, um conjunto próprio de equipamento completo do C. D. Pinhalnovense de uso obrigatório nas aulas, sendo que apenas o coordenador do curso poderá autorizar a sua falta, em situações pontuais. Este conjunto é constituído por:

- 2 calções
- 2 Camisolas de manga curta
- 2 camisolas de manga comprida
- 1 corta vento (opcional)
- 1 Fato de treino
- 2 pares de meias

**O SEU FILHO OU SEU NETO GOSTA DE  
PRATICAR FUTEBOL?**

**INCREVA-O NA ESCOLA DE  
APRENDIZAGEM DESPORTIVA DO  
C . D. PINHALNOVENSE**

## PAGAMENTOS A EFECTUAR

- 50,00 Euros – Conjunto de equipamento obrigatório.
- 25,00 Euros – Em caso de pagamento mensal, a efectuar até ao dia 8 de cada mês.
- 157,50 Euros – Em caso de pagamento anual, com desconto incluído de 10%.

As condições são efectuadas na secretaria do Clube, devendo os pagamentos mensais ser efectuados até ao dia 8 de cada mês sem falta.

No acto de inscrição deve ser efectuado o pagamento do equipamento no valor de 50,00 Euros, e da primeira mensalidade no valor de 25,00 Euros ou o pagamento anual se for caso disso.

Os atrasos nos pagamentos mensais implicam a impossibilidade de frequência das aulas.

#### INÍCIO DAS AULAS E HORÁRIO

Data de início: 01 de Novembro de 2003

Data de fim: 30 de Maio de 2003

Dias / Horas	Terça Feira	Quinta Feira
Escola de Futebol	16H00 às 17H45	16H00 às 17H45

#### CONTACTOS ÚTEIS

- **CLUBE DESPORTIVO PINHALNOVENSE**  
Sede Social (Instalações Provisórias)  
Avenida da Liberdade, Lote 1  
2955-144 Pinhal Novo  
Telf. 212 361 214 Fax. 212 387 005
- **CLUBE DESPORTIVO PINHALNOVENSE**  
Campo Santos Jorge  
Av. Da Liberdade  
2955-144 Pinhal Novo  
Telf. 212 360 670

Treinador: Sr Luís Mira, Telemóvel: 962 749 028

Coordenador do Curso: Sr Mário Conduto, 938 452 782



**JUNIORES**

**CAMPEONATO DISTRITAL 1ª DIVISÃO**

L	EQUIPA	J	V	E	D	P
1º	AMORA	5	5	0	0	15
2º	DESP. FABRIL	5	3	2	0	11
3º	COVA DA PIEDADE	5	3	1	1	10
4º	SEIXAL	5	3	1	1	10
5º	MONTIJO	5	3	0	2	9
6º	PINHALNOVENSE	5	2	1	2	7
7º	PALMELENSE	5	2	1	2	7
8º	ALMADA	5	2	1	2	7
9º	MOITENSE	5	2	0	3	6
10º	G. CORROIOS	5	2	0	3	6
11º	LUSO	5	1	2	2	5
12º	O SINDICATO	5	0	3	2	3
13º	V. GAMA SINES	5	1	0	4	3
14º	ARRENTELA	5	0	0	5	0

Classificação actualizada em 03.11.03 (AFS)

**JUVENIS**

**CAMPEONATO DISTRITAL 2ª DIVISÃO SÉRIE B**

L	EQUIPA	J	V	E	D	P
1º	ALCOCHETENSE	8	8	0	0	24
2º	PINHALNOVENSE	8	7	0	1	21
3º	OS AMARELOS	8	6	1	1	19
4º	ALCACERENSE	7	5	1	1	16
5º	B. M. GAIENSE	7	4	0	3	12
6º	SAMOUQUENSE	6	3	2	1	10
7º	CRUZ. PEGÕES	6	2	0	4	6
8º	BAIRRO LICEU	7	2	0	5	6
9º	PRAIENSE	6	1	1	4	4
10º	OS AFRICANOS	6	2	0	4	4
11º	GRANDOLENSE	8	1	1	6	4
12º	LAGAMEÇAS	6	1	0	5	3
13º	VINHENSE	7	0	1	6	1

Classificação actualizada em 03.11.03 (AFS/ESCOLINHA)

**INICIADOS**

**CAMPEONATO DISTRITAL 2ª DIVISÃO SÉRIE B**

L	EQUIPA	J	V	E	D	P
1º	OS AMARELOS	7	6	0	1	18
2º	VITÓRIA SETUBAL	6	5	1	0	16
3º	PINHALNOVENSE	6	4	2	0	14
4º	V. MILHAÇOS B	6	4	1	1	13
5º	CRUZ. PEGÕES	6	3	1	2	10
6º	C. FIGUEIRAS	6	2	2	2	8
7º	O SINDICATO	6	2	1	3	7
8º	SAMOUQUENSE	5	2	0	3	6
9º	1º MAIO SETUBAL	7	1	1	5	4
10º	EST. St ANDRÉ	7	1	1	5	4
11º	PRAIENSE	5	1	0	4	3
12º	T. TORRANENSE	5	0	0	5	0

Classificação actualizada em 03.11.03 (AFS)

**INFANTIS**

**CAMPEONATO DISTRITAL SÉRIE D**

L	EQUIPA	J	V	E	D	P
1º	MOITENSE A	4	4	0	0	12
2º	1º M. SARILHENSE	4	4	0	0	12
3º	PALMELENSE	4	3	0	1	9
4º	MONTIJO A	4	2	1	1	7
5º	PINHALNOVENSE	4	2	0	2	6
6º	ALCOCHETENSE	4	2	0	2	6
7º	ALFARIM B	4	1	0	3	3
8º	ZAMBUJALENSE B	4	1	0	3	3
9º	AFONSEIRENSE	4	0	1	3	0
10º	SAMOUQUENSE	4	0	0	4	0

Classificação actualizada em 04.11.03 (AFS)

**ESCOLAS**

**CAMPEONATO DISTRITAL SÉRIE D**

L	EQUIPA	J	V	E	D	P
1º	AFONSEIRENSE	5	4	1	0	13
2º	ALCOCHETENSE	4	4	0	0	12
3º	PINHALNOVENSE	4	3	1	0	10
4º	OS PELEZINHOS A	5	3	0	2	9
5º	MONTIJO	4	2	0	2	6
6º	MOITENSE	5	2	0	3	6
7º	1º M. SARILHENSE	5	2	0	3	6
8º	PALMELENSE	5	1	0	4	3
9º	GDR PORTUGAL	5	1	0	4	3
10º	VINHENSE	4	0	0	4	0

Classificação actualizada em 04.11.03 (AFS)

**AGENDA PARA O PRÓXIMO FIM DE SEMANA = 15 e 16 NOVEMBRO =**

ESCALÃO	DIA - HORA	JOGO
ESCOLAS	SÁBADO 10H30	PALMELESE PINHALNOVENSE
INFANTIS	SÁBADO 10H30	PINHALNOVENSE ZAMBUJALENSE
INICIADOS	DOMINGO 10H30	PINHALNOVENSE OS AMARELOS
JUVENIS	DOMINGO 10H30	GRANDOLENSE PINHALNOVENSE
JUNIORES	SÁBADO 15H30	PINHALNOVENSE AMORA

**MELHORES MARCADORES DAS CAMADAS JOVENS**



**ESCOLAS**

Nome	G
Filipe Coimbra	8
Filipe Mendes	4
Luís Cruz	3
Tiago Gomes	1
Bruno	1
Filipe Almeida	1

Actualizada em 08.11.03

**INFANTIS**

Nome	G
Jorge Caldeira	7
Ricardo	5
Geovany	4
Luís Camelo	3
Nuno Silva	3

Actualizada em 08.11.03

**INICIADOS**

Nome	G
Gonçalo	7
Diogo Barreira	5
Lauro Florindo	5
Fábio Duarte	3
Tiago Passos	1
Bruno Grou	1

Actualizada em 07.11.03

**JUVENIS**

Nome	G
Rui	15
João Luz	5
Alexandre	3
José Teixeira	2
Ruben	2
Jorge Alpuim	1

Actualizada em 08.11.03

**JUNIORES**

Nome	G
Pedro	4
Ruben	2
Miguel Viegas	2
Nuno Moreira	1
Choca	1
Miranda	1

Actualizada em 08.11.03



**PRÓXIMA JORNADA, 10ª - DIA 02.11.03**

	VISITADO	VISITANTE	
1	AMORA	O MOSCAVIDE	0
2	RIBEIRA BRAVA	ORIENTAL	1
0	VENDAS NOVAS	MARÍTIMO B	0
0	OLHANENSE	U. MICAELENSE	0
1	LOULETANO	PINHALNOVENSE	1
1	CAMACHA	SINTRENSE	0
1	LUSITÂNIA	FARENSE	0
1	SANTO ANTÓNIO	ODIVELAS	0
3	MAFRA	PONTASSOLENSE	2
1	SPORTING B	BARREIRENSE	1

**PRÓXIMA JORNADA: 12ª. DIA 16.11.03**

	VISITADO	VISITANTE
	RIBEIRA BRAVA	O MOSCAVIDE
	VENDAS NOVAS	AMORA
	OLHANENSE	ORIENTAL
	LOULETANO	MARÍTIMO B
	CAMACHA	U. MICAELENSE
	LUSITÂNIA	PINHALNOVENSE
	SANTO ANTÓNIO	SINTRENSE
	MAFRA	FARENSE
	SPORTING B	ODIVELAS
	BARREIRENSE	PONTASSOLENSE

**\*CLASSIFICAÇÃO APÓS A 10ª JORNADA DE 02 NOVEMBRO 2003**

L	EQUIPA	CASA				FORA				TOTAL					
		V	E	D	GMS	V	E	D	GMS	J	V	E	D	GMS	P
1º	OL. MOSCAVIDE	5	0	0	12-2	3	1	1	7-3	10	8	1	1	19-5	25
2º	OLHANENSE	3	2	0	8-4	4	1	0	12-5	10	7	3	0	20-9	24
3º	BARREIRENSE	4	1	0	9-1	3	1	1	6-4	10	7	2	1	15-5	23
4º	MICAELENSE	4	0	1	6-3	3	1	1	7-3	10	7	1	2	13-6	22
5º	MARÍTIMO B	4	0	2	13-4	2	2	1	7-4	11	6	2	3	20-8	20
6º	ODIVELAS	4	0	1	7-5	1	1	3	3-5	10	5	1	4	10-10	16
7º	LUSITÂNIA	4	1	0	8-2	0	2	3	3-7	10	4	3	3	11-9	15
8º	MAFRA	4	1	0	9-5	0	2	3	3-8	10	4	3	3	12-13	15
9º	RIBEIRA BRAVA	2	1	2	5-4	2	2	1	6-6	10	4	3	3	11-10	15
10º	AMORA	3	0	2	8-7	2	0	3	6-10	10	5	0	5	14-17	15
11º	CAMACHA	2	1	2	5-3	2	1	2	5-8	10	4	2	4	10-11	14
12º	PONTASSOLENSE	1	2	1	8-7	2	3	1	10-7	10	3	5	2	18-14	14
13º	ORIENTAL	2	0	3	4-5	1	2	2	10-7	10	3	2	5	14-12	11
14º	LOULETANO	1	4	0	4-3	1	0	4	2-7	10	2	4	4	6-10	10
15º	VENDAS NOVAS	2	1	2	4-4	1	0	4	2-7	10	3	1	6	6-11	10
16º	SPORTING B	2	2	1	6-4	0	1	5	5-11	11	2	3	6	11-15	9
17º	SANTO ANTÓNIO	2	1	3	8-11	0	0	4	1-7	10	2	1	7	9-18	7
18º	PINHALNOVENSE	0	3	2	5-8	0	2	3	3-8	10	0	5	5	8-16	5
19º	SINTRENSE	0	2	3	4-7	1	0	4	2-7	10	1	2	7	6-14	5
20º	FARENSE	0	1	4	2-13	1	1	3	2-11	10	1	2	7	4-24	5

\* A CLASSIFICAÇÃO INCLUI O JOGO ANTECIPADO PARA 17ª JORNADA ENTRE O MARÍTIMO B, 1 - SPORTING B, 0

**HOJE - DIA 09.11.03 - 11ª JORNADA  
JOGOS E ÁRBITROS**

ÁRBITRO	VISITADO	VISITANTE
AURÉLIO AFONSO	LISBOA	AMORA
BRUNO ESTEVES	SETUBAL	ORIENTAL
RUJ TAVARES	COIMBRA	MARÍTIMO B
LICÍNIO SANTOS	LEIRIA	U. MICAELENSE
MANUEL MENDES	LISBOA	PINHALNOVENSE
JORGE SARAMAGO	AVEIRO	SINTRENSE
NUNO BORBA	SETUBAL	FARENSE
JOSÉ FIGUEIREDO	LISBOA	ODIVELAS
JOSÉ PALMA	SETUBAL	PONTASSOLENSE
JOSÉ PEREIRA	AVEIRO	OI. MOSCAVIDE

\*Fonte: Jornal "O Jogo"

**MELHORES MARCADORES**  
Após a 8ª Jornada

Luis Alves (Pontass.)	7
Edinho (Olhanense)	7
Rui Loja (Olhanense)	7
PINHALNOVENSE...	
André	3
Toninho	2
P. Martins	2
P. Amora	1

\*Fonte: Jornal "A Bola"

**AQUI PODE  
ORDENAR VOCÊ MESMO A  
CLASSIFICAÇÃO DEPOIS DE  
SABER OS RESULTADOS  
DA 9ª JORNADA**

L	EQUIPA	P
1º		
2º		
3º		
4º		
5º		
6º		
7º		
8º		
9º		
10º		
11º		
12º		
13º		
14º		
15º		
16º		
17º		
18º		
19º		
20º		



A fim de reforçar a equipa c nosso clube acaba de firmar contrato com Pedro Gaiteiro, (à esquerda ) e Brito (à direita). Ambos os jogadores vieram do Rio Ave e têm 22 anos. Enquanto o primeiro é avançado o segundo é um médio que foi internacional nas várias equipas do futebol jovem. No próximo número daremos mais notícias do futebol sénior.

**AINDA NÃO É  
SÓCIO DO  
C. D. P. ?**

**ENTÃO PORQUE  
ESPERA?  
FAÇA-SE SÓCIO**

**HOJE MESMO!!!**

**EQUIPA DE INFANTIS DO CLUBE DESPORTIVO PINHALNOVENSE  
APRESENTAÇÃO DO PLANTEL - CALENDÁRIO - TABELA DE PONTUAÇÃO  
(CAMPEONATO DISTRITAL DE FUTEBOL DE 7 DA A.F. SETUBAL)**

					
<b>LUÍS TEIXEIRA</b> Guarda Redes C.D.P. - 1º Ano	<b>FÁBIO SANCHES</b> Guarda Redes 1ª Inscrição, 2º Ano	<b>FÁBIO PINTO</b> Defesa C.D.P. - 1º Ano	<b>FÁBIO NETO</b> Defesa 1ª Inscrição, 2º Ano	<b>GEOVANY CRUZ</b> Defesa C.D.P. - 2º Ano	<b>JOÃO BARÃO</b> Defesa C.D.P. - 1º Ano
					
<b>JOAQUIM WILSON</b> Defesa 1ª Inscrição, 1º Ano	<b>MIGUEL MOUCO</b> Defesa C.D.P. - 1º Ano	<b>BRUNO JESUS</b> Médio C.D.P. - 1º Ano	<b>DIOGO CARDOSO</b> Médio 1ª Inscrição, 0º Ano	<b>FILIPE DUARTE</b> Defesa 1ª Inscrição, 0º Ano	<b>JORGE CALDEIRA</b> Médio C.D.P. - 2º Ano
					
<b>LUÍS MURILHAS</b> Médio C.D.P. - 2º ano	<b>VÍTOR GOMES</b> Médio C.D.P. - 1º Ano	<b>ANDRÉ CARRILHO</b> Avançado 1ª Inscrição - 1º Ano	<b>ANDRÉ LAGARTO</b> Avançado 1ª Inscrição - 2º Ano	<b>MIKE RAMOS</b> Avançado C.D.P. - 2º Ano	<b>NUNO SILVA</b> Avançado C.D.P. - 1º Ano
					
<b>RICARDOMARTINS</b> Avançado C.D.P. - 2º Ano	<b>LUÍS CAMELO</b> Avançado C.D.P. - 2º Ano	<b>LUÍS MIRA</b> TREINADOR	<b>DIONÍSIO</b> T. Adjunto	<b>JOÃO MATEUS</b> T. Adjunto	<b>MÁRIO CONDUTO</b> Director

**O FUTEBOL ESPECTÁCULO NÃO É NA TV  
APOIA E ASSISTE AOS JOGOS DAS ESCOLAS E INFANTIS DO  
CLUBE DESPORTIVO PINHALNOVENSE**

# 1ª VOLTA

PAPEL DO DESPORTO:

“FORMA DE APRENDIZAGEM DO ESPÍRITO DE EQUIPA E AUTO ESTIMA E A CRIAÇÃO DE AMIZADES”

**ROSA MOTA**  
(ANTIGA CAMPEÃ OLÍMPICA)

**1ª JORNADA, 11.10.03**

6	Montijo A	Alfarim B	1
1	1º M. Sarilhos	Pinhalnovense	0
1	Afonseirense	Zambujalens.B	3
4	Moitense A	Palmelense	2
8	Alcochetense	Samouquense	1

**2ª JORNADA, 18.10.03**

1	Alfarim B	1º M. Sarilhos	3
1	Samouquense	Montijo A	19
12	Pinhalnovense	Afonseirense	0
0	Zambujalens.B	Moitense A	5
6	Palmelense	Alcochetense	0

**3ª JORNADA, 25.10.03**

0	Afonseirense	Alfarim B	12
8	1º M. Sarilhos	Montijo A	4
10	Moitense A	Pinhalnovense	2
8	Alcochetense	Zambujalens.B	2
0	Samouquense	Palmelense	11

**4ª JORNADA, 01.11.03**

0	Alfarim B	Moitense A	5
3	Montijo A	Afonseirense	3
11	1º M. Sarilhos	Samouquense	0
5	Pinhalnovense	Alcochetense	0
0	Zambujalens.B	Palmelense	4

**5ª JORNADA, 08.11.03**

	Alcochetense	Alfarim B	
	Moitense A	Montijo A	
	Afonseirense	1º M. Sarilhos	
	Palmelense	Pinhalnovense	
	Samouquense	Zambujalens.B	

**6ª JORNADA, 18.11.03**

	Alfarim B	Palmelense	
	Montijo A	Alcochetense	
	1º M. Sarilhos	Moitense A	
	Afonseirense	Samouquense	
	Pinhalnovense	Zambujalens.B	

**7ª JORNADA, 22.11.03**

	Zambujalens.B	Alfarim B	
	Palmelense	Montijo A	
	Alcochetense	1º M. Sarilhos	
	Moitense A	Afonseirense	
	Samouquense	Pinhalnovense	

**8ª JORNADA, 29.11.03**

	Alfarim B	Pinhalnovense	
	Montijo A	Zambujalens.B	
	1º M. Sarilhos	Palmelense	
	Afonseirense	Alcochetense	
	Moitense A	Samouquense	

**9ª JORNADA, 06.12.03**

	Samouquense	Alfarim B	
	Pinhalnovense	Montijo A	
	Zambujalens.B	1º M. Sarilhos	
	Palmelense	Afonseirense	
	Alcochetense	Moitense A	

# 2ª VOLTA

“CABE AOS MAIS CONHECIDOS DO DESPORTO TEREM COMPORTAMENTOS SOCIAIS MAIS DIGNOS FAYER-PLAY, E ÉTICA DESPORTIVA PARA QUE SIRVAM DE EXEMPLO PARA OS MAIS NOVOS”

**ROSA MOTA,**  
(ANTIGA CAMPEÃ OLÍMPICA)

**10ª JORNADA, 20.12.03**

	Alfarim B	Montijo A	
	Pinhalnovense	1º M. Sarilhos	
	Zambujalens.B	Afonseirense	
	Palmelense	Moitense A	
	Samouquense	Alcochetense	

**11ª JORNADA, 03.01.04**

	1º M. Sarilhos	Alfarim B	
	Montijo A	Samouquense	
	Afonseirense	Pinhalnovense	
	Moitense A	Zambujalens.B	
	Alcochetense	Palmelense	

**12ª JORNADA, 10.01.04**

	Alfarim B	Afonseirense	
	Montijo A	1º M. Sarilhos	
	Pinhalnovense	Moitense A	
	Zambujalens.B	Alcochetense	
	Palmelense	Samouquense	

**13ª JORNADA, 24.01.04**

	Moitense A	Alfarim B	
	Afonseirense	Montijo A	
	Samouquense	1º M. Sarilhos	
	Alcochetense	Pinhalnovense	
	Palmelense	Zambujalens.B	

**14ª JORNADA, 31.01.04**

	Alfarim B	Alcochetense	
	Montijo A	Moitense A	
	1º M. Sarilhos	Afonseirense	
	Pinhalnovense	Palmelense	
	Zambujalens.B	Samouquense	

**15ª JORNADA, 07.02.04**

	Palmelense	Alfarim B	
	Alcochetense	Montijo A	
	Moitense A	1º M. Sarilhos	
	Samouquense	Afonseirense	
	Zambujalens.B	Pinhalnovense	

**16ª JORNADA, 14.02.04**

	Alfarim B	Zambujalens.B	
	Montijo A	Palmelense	
	1º M. Sarilhos	Alcochetense	
	Afonseirense	Moitense A	
	Pinhalnovense	Samouquense	

**17ª JORNADA, 21.02.04**

	Pinhalnovense	Alfarim B	
	Zambujalens.B	Montijo A	
	Palmelense	1º M. Sarilhos	
	Alcochetense	Afonseirense	
	Samouquense	Moitense A	

**18ª JORNADA, 28.02.04**

	Alfarim B	Samouquense	
	Montijo A	Pinhalnovense	
	1º M. Sarilhos	Zambujalens.B	
	Afonseirense	Palmelense	
	Moitense A	Alcochetense	

JOGOS AOS SÁBADOS ÀS 10 H 30

**TABELA CLASSIFICATIVA**

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	C.F.
PINHALNOVENSE	0	3	0	3															
1ºMAIO SARILHENSE	3	3	3	3															
AFONSEIRENSE	0	0	0	1															
ALCOCHETENSE	3	0	3	0															
ALFARIM "B"	0	0	3	0															
MOITENSE "A"	3	3	3	3															
MONTIJO "A"	3	3	0	1															
PALMELENSE	0	3	3	3															
SAMOUQUENSE	0	0	0	0															
ZAMBUJALENSE "B"	3	0	0	0															

**CLASSIFICAÇÃO**

**1ª VOLTA**

L	EQUIPA	J	V	E	D	P
1º						
2º						
3º						
4º						
5º						
6º						
7º						
8º						
9º						
10º						

**CLASSIFICAÇÃO**

**FINAL**

L	EQUIPA	J	V	E	D	P
1º						
2º						
3º						
4º						
5º						
6º						
7º						
8º						
9º						
10º						

**GRÁFICO POSICIONAL DO PINHALNOVENSE DURANTE O CAMPEONATO**  
**JORNADAS**

L	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1º	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
2º	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
3º	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
4º	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
5º	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
6º	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
7º	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
8º	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
9º	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■
10º	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■



**É UM PRAZER E UMA  
HONRA JOGAR NO...  
C. D. PINHALNOVENSE**





**C. D. PINHALNOVENSE**  
**UMA FORÇA DESPORTIVA QUE PROVÉM DA NATUREZA**



**IA & MIRANDA, LDA.**  
**Contabilidade**  
Andrade Vilar, Lote 80  
2955 PINHAL NOVO

**EQUIPA DE INFANTIS (DISPONÍVEL) DO C. D. PINHALNOVENSE – ÉPOCA 2003-2004**  
Em cima, da esquerda para a direita: Nuno Silva, Jorge Caldeira, Luís Teixeira, Ricardo Martins, Geovany Cruz, Luís Murilhas e Mike Ramos. Em baixo: Miguel Mouco, Luís Camelo, André Carrilho, Bruno Jesus e Fábio Pinto.



*1 dedo de prosa com...* ORLANDO ALEXANDRE.

**Para nós foi uma surpresa, em finais de Julho último, quando vimos deambular pelo Santos Jorge um rosto familiar, mas num contexto estranho ao futebol. Só que, coincidência das coincidências, era mesmo ele, o "homem do ciclismo". Convidado por Manuel Costa para integrar o quadro de massagistas do clube, a nossa figura de hoje quase que dispensava apresentações, por tudo o que já conseguiu no campo da medicina desportiva, e na direcção de formações do pedal. Mas, e isso estará patente nesta conversa mais alongada (quase nem se deu pelo tempo passar), afinal as facetas e as "estórias" são mais que muitas, e temos aqui um Orlando Alexandre revelado aos nossos prezados leitores, como poucos o conseguirão conhecer. Que os seus ensinamentos e rigor que aplica no trabalho diário possam ajudar clube a atingir os objectivos, são os melhores votos que podemos formular.**

**O Escolinha (E).** *Que circunstâncias contribuíram este ano para que se tornasse numa das aquisições de peso do futebol do Pinhalnovense?*

**Orlando Alexandre (OA).** Bom, eu já tinha sido convidado para fazer parte da equipa do Pinhalnovense no ano passado, e esse convite partiu do Manuel (massagista principal, n.d.r.), o farmacêutico, que é o responsável (para mim é sempre o responsável pela parte médica, em conjunto com o Dr. Duarte Costa) do Pinhalnovense. Já o ano passado me tinham falado se eu estava disponível para trabalhar no Pinhal Novo; mas quando me contactou já era bastante tarde, porque tinha já assumido um compromisso com o Barreirense, a nível do basquetebol. Este ano, não é por que o basquetebol do Barreirense me quisesse dispensar, pois sempre quiseram que ali continuasse, mas acho que o Manuel antecipou-se à Direcção do Barreirense; e eu disse que, da minha parte, gostaria de trabalhar no futebol, porque adoro o futebol, e porque, no fundo, tenho dois amores no desporto, que são o ciclismo e o futebol. E eu aceitei. Chegámos a um acordo, em termos de verbas, embora com alguma mágoa da parte da secção de basquetebol do Barreirense, onde deixei amizades, e um dia que queira voltar, segundo aquilo que me informaram, tenho as portas abertas. Isso também é importante para mim, porque nós estamos no desporto é para isso: trabalharmos num lado, e deixarmos as portas abertas por onde passemos. E no Pinhal Novo, sinceramente, estou a gostar de trabalhar, porque é uma equipa de futebol onde estou integrado, e há muitos mais jogadores, há mais lesões, e onde há mais dificuldade em detectar alguns problemas de lesões, e é isso que nos ensina a própria vida. Porque quando tudo é fácil, nós não aprendemos.

**(E).** *Aquilo que encontrou em Pinhal Novo, ao nível da organização e das infra-estruturas, veio ao encontro das suas expectativas de trabalho iniciais?*

**(OA).** Olhe, uma coisa que me deixou surpreendido no Pinhal Novo foi o asseio que vi naquele estádio (pode-se chamar estádio porque tem lá relva...). Nunca imaginei que o clube tivesse um complexo desportivo com tanto asseio como o do Santos Jorge. E por isso, em primeiro lugar, acho que é de dar os parabéns aos seus directores. Na parte de clínica, no posto médico, pensei que houvesse uma organização diferente, para melhor. Mas as coisas, pouco a pouco, têm-se ido modernizando, tem-se conseguido impor disciplina nessa parte; os directores, se for preciso comprar mais um aparelho, por intermédio do Manuel, adquire-se mais um aparelho (bastante caro, diga-se...). Nem todos os clubes têm um aparelho daqueles, que entrou no Pinhal Novo, há pouco tempo. Penso que, neste momento, o que nos falta ainda é ter um gabinete de trabalho, individual, para tratar os atletas, e a parte de ginásio separada. Mas acho que tem condições. Não é por aí que os atletas não rendem.

**(E).** *E dos casos clínicos que tem encontrado com mais frequência este ano, qual acha ser a razão mais forte para tais lesões e respectivo tratamento?*

**(OA).** Normalmente, o atleta que entra no clube, e vai jogar ou treinar no piso sintético, tem sempre graves problemas nas articulações tibio-társicas, nos joelhos, na própria coluna, e isto tem-se feito sentir ao longo destes meses. O atleta que está habituado de um ano para o outro tem mais facilidade. Mas isso tem sido resolvido, pouco a pouco; e penso que, as lesões maiores que tem havido são fracturas. E para isso não há ninguém que resolva. E as fracturas que houve, uma foi no terreno do Pinhalnovense, e outra ainda durante a pré-época. São coisas que acontecem no desporto; ninguém está livre de lhe poder acontecer, seja ele quem for, e onde for; nem que seja num pavilhão de basquetebol, fracturas ocorrem sempre. Mas, de resto, as lesões têm sido as normais. Porque, quanto maior o número de atletas, maior o número de lesões. Quanto menor é o plantel, menos lesões haverá. E acho que o Pinhalnovense, por que tem um número grande de atletas, terá sempre maior probabilidade de surgirem lesões.

**(E).** *Da sua experiência desportiva, do futebol, ao ciclismo, e ao basquetebol, qual acha ser a modalidade mais penalizante para o físico e desgastante para os atletas?*

**(OA).** Eu penso que, nas três modalidades em que tenho trabalhado, julgo que o futebol é o que trabalha menos... Do ciclismo, sou suspeito de estar a falar dele, mas penso que há atletas no futebol que, se fizessem uma semana de treinos no ciclismo, nunca mais queriam saber da bicicleta. E no basquetebol, tive ocasião de trabalhar duas épocas com o Barreirense, na I Liga, e os treinos são algo de super duro. Eu não imaginava que no basquetebol se trabalhasse tão forte. E noto no futebol, em que se joga noventa minutos, que se poderia trabalhar muito mais forte para que as coisas acontecessem melhor; que se jogasse noventa minutos a cem por cento; e houvesse menos lesões. Mas isto não é só no Pinhal Novo; porque eu tenho estágios em vários clubes, e tenho participado em várias palestras sobre o futebol, e vê-se que se poderia fazer melhor. Porque quanto maior for a qualidade física do atleta, menos possibilidades há de acontecerem lesões. Mas isto, em Portugal, trabalha-se um pouco "à brasileira": a bola tem que rolar, e o atleta vai aparecendo lentamente. Mas já não será assim, se formos para uma Inglaterra ou uma Alemanha. Tive ocasião de observar alguns treinos, quando estive na Alemanha com o ciclismo (quando tinha possibilidades, verificava os treinos do futebol), e via que tudo era mais disciplinado, pelo menos em países como a antiga RDA.

**(E).** *Quando e como é que começou a sua actividade de massagista e fisioterapeuta? Herdou o jeito de alguém, ou surgiu espontaneamente, fruto de um interesse contínuo?*

**(OA).** Isto foi um "bichinho" que nasceu dentro de mim. Sempre tive a simpatia e o querer tratar as pessoas. Porque quando eu era atleta, mesmo atleta, por vezes, fazia aquecimento nos colegas, ou se precisassem de injeções procuravam-me, dizendo que eu tinha jeito. E, a partir daí, quando a pessoa começa a ouvir dizer "ele tem jeito!", começamos a entusiasmar-nos e se-

*(continua na página seguinte)*



guimos em frente. Isto no ciclismo, mesmo como atleta. Mesmo equipado, tinha que dar, por vezes, injeções, quando era preciso, ou porque os massagistas não estavam presentes, eu recorria ao meu quarto para ir tratar, ou quando era preciso fazer um aquecimento. E depois começou a surgir em mim o grande gosto por isso e, tive a sorte de ter uns grandes professores na altura, como foi o caso do Manuel Marques, no Sporting, e passei também pelo Belenenses e pelo Benfica, onde tive também grandes professores. E tenho acompanhado também, nas palestras sobre o desporto, sempre que posso. Por vezes há congressos em que vão médicos, e o único que não é médico sou eu; porque tenho grandes amigos médicos que, sempre que há possibilidade de me explicar alguma coisa, eu tenho sempre as portas abertas, incluindo o Centro de Medicina Desportiva de Lisboa.

*(E). O ciclismo foi a sua primeira paixão, como atleta, mas ainda obteve algum "palmarés" na modalidade. Desde júnior até à fase do profissionalismo, não é?*

*(OA).* Para mim, a primeira grande vitória foi vestir a camisola do Benfica. Penso que vestir a camisola do Benfica é mais do que envergar a camisola da Seleção Nacional. Para mim, eu sinto isso. Porque é um peso muito forte vestir aquela camisola, e eu senti esse peso, mas com uma grande alegria, e adoro. E quem diz o Benfica, diz o Sporting, ou o Futebol Clube do Porto, porque são equipas que qualquer atleta deve ter um grande orgulho em vestir essas camisolas. E eu quando comecei, comecei no Desportivo do Barreiro, nos Jogos Juvenis do Barreiro e, depois, fui fazer um treino ao Benfica, e fiquei. E, de seguida, fui Campeão Nacional de juniores. E fiz também uma Volta à Espanha, em 1973, em que ganhou o Eddy Merckx. E depois, todas as corridas em Espanha, desde a Volta ao País Basco, a Volta a Valência, a Volta à Extremadura, fiz tudo quanto havia em Espanha porque, na altura, o treinador do Benfica era um senhor espanhol, e foi um dos indivíduos que chegou a Portugal e revolucionou o ciclismo todo. E sempre que havia uma selecção entre o Benfica e a Coelima para correr em Espanha, ele seleccionava-me sempre, porque tinha jeito.

*(E). E abandonou a sua carreira com que idade? Não se achava capaz de ir mais longe no ciclismo?*

*(OA).* Aos 23, 24 anos. É que eu sentia que não tinha capacidade para as minhas exigências. Eu queria mais de mim! Quando larguei o ciclismo, eu pensei: eu tenho de dar mais do meu corpo!... E não conseguia! Porque a parte física não dava; a "máquina" não funcionava! E porque a parte cardíaca tem muito a ver, para se ser bom atleta, ou não, a recuperação. E eu sentia que não estava a ser honesto comigo. E era capaz de ser mais honesto, seguindo outra via, que não a de ser atleta. E então optei por dar massagens. Foi quando fiz a primeira Volta a Portugal com o Lousa-Trinaranjus, em que fui massagista dessa equipa; e perdemos essa Volta por poucos segundos. E os atletas também me incentivaram para continuar; o treinador a mesma coisa, dizendo que eu poderia ter uma carreira bonita e longa, porque tinha jeito para cativar os atletas, para tratá-los, etc. E começou por aí, no Lousa-Trinaranjus e, depois, por aí a fora. Trabalhei depois nas clínicas. A partir daí, vim para as clínicas: na Quinta da Alma, no Barreiro; depois passei por Baixa da Banheira; trabalhei na Malveira, também numa clínica. Enquanto era massagista do Lousa-Trinaranjus, durante a semana trabalhava nessa clínica, e tínhamos de ser um pouco de imigrantes, porque sem sofrimento, não vamos a lado nenhum.

*(E). Acha que esse seu grau de auto-exigência, ao nível da mente, se conseguiu "misturar" bem com uma força da natureza como o Joaquim Agostinho, de quem foi muito próximo, em dada fase das vossas carreiras?*

*(OA).* É curioso fazer-me essa pergunta, pois isso vem ao encontro daquilo que estava planeado, antes dele morrer. Porque o Agostinho dizia-me muita vez que, se era para fazer 100 Kms., não valia a pena sair de casa. Era a força da natureza. E, normalmente, um atleta que tem grandes capacidades físicas, não executa o mesmo método de trabalho de um indivíduo que tenha menos qualidades. Antes do Agostinho fale-



cer, estava tudo combinado entre nós para fazer uma dupla, na equipa do Sporting-Raposeira. Ele seria ciclista, e eu ficava como responsável técnico, e responsável pela parte da massagem. E ele dizia-me: "Tu é que tens jeito para gerir, para orientar os atletas. Eu não tenho! Só tenho jeito para pedalar, e às vezes, mal!" Mal, na maneira de ser dele, não é? Porque ele, se reconhecesse o valor que tinha, ele tinha ido muito mais longe. Eu recordo-me que, em França, quando trabalhei com ele, havia as super equipas que me diziam: "Orlando, vê se lhe consegues dar a volta, para ele vir para a nossa equipa. Ele que peça o dinheiro que quer, que nós damos!" Mas ele ficou sempre preso pelo dinheiro do De Gribaldy, porque este, quando chegava aos finais de época, ficava-lhe sempre a dever três, quatro meses. E o Agostinho, para não perder esse dinheiro, sujeitava-se a renovar por essa equipa, para ver se conseguia sacar o atrasado. Eu penso que foi o seu grande mal, porque ele não teve um conselheiro à altura, de lhe fazer ver as coisas. Mas ele tinha áquelas ideias, e ninguém podia ir contra as ideias dele, porque era complicado.

*(E). Depois desses anos com o Agostinho, o Orlando dedicou-se à direcção desportiva de outras formações, com resultados assinaláveis. Tal deve-se ao ter conseguido conciliar as funções de líder e massagista das equipas?*

*(OA).* Eu penso que sim. Porque se consegue tirar mais rendimento do atleta. Embora seja preciso muito sacrifício, e muito querer. Porque é muito difícil executar esses cargos todos, desde preparador físico às massagens; tratar dos atletas, como eu cheguei a fazer, permite ter a equipa totalmente na mão. Não há fugas de lesões, e por isso eu não olhava ao meu esforço. Esse tinha que ser compensado obrigatoriamente com vitórias dos próprios atletas. Porque era essa a minha exigência. Porque quando comecei nessa vida de director desportivo e massagista, controlando tudo, eu tinha a ideia de que não era preciso falar para a comunicação social. Porque os meus resultados falavam por mim. Estava errado. Mas fui tantas vezes a reuniões das empresas, com quem tinha de falar, por causa da publicidade. Eu achava que não tinha de falar muito, porque nunca fui muito de aparecer, para os jornais, ou para a televisão. Era essa a minha mentalidade: fazendo um bom trabalho, os meus atletas ganham; eu ganho também, e a equipa ganha. Hoje reconheço que era um pouco errado, mas era assim que eu pensava.

*(E). Além dessas funções acumuladas, havia também a do psicólogo, porque trabalhar com a mente humana exige também um certo preparo psicológico, para que o atleta, por mais dotado que seja, possa render. Ou não?*

*(OA).* Sim, e dá-me muita satisfação. Eu gosto muito desse aspecto, e às vezes tenho dito a colegas meus, quando apanho atletas "complicados" de trabalhar que, desde o momento em que eles, fisicamente, tenham nascido com um coração adequado à modalidade que praticam (seja ela qual for), e a mente e a cabeça não funcione, eu gosto desses atletas, porque vamos ter um grande atleta. Agora, temos de ter a coragem para, por vezes, rebaixar esses atletas, para tê-los na mão e, depois aí, va-

*(continua na próxima página)*

mos ganhar um atleta, mas atleta de alta competição. Porque, normalmente, os atletas que têm um feitiço difícil de trabalhar; penso que compete às pessoas que os orientam tentar dar-lhes a volta. Porque tendo eles um coração bom, para recuperar bem, se forem uns atletas muito bons, acho que é obrigação de qualquer treinador, de qualquer director, saber dar-lhe a volta, porque vamos ganhar um bom atleta. Numa equipa que tenha dois ou três desses, vai ganhar a equipa no total. Mas, digo já, que isso não é fácil. Leva, pelo menos, três a quatro meses a conseguir-se.

**(E).** É facilmente detectável casos de atletas que estão fisicamente aptos para o esforço, mas que se deixam inibir, por não se sentirem auto-confiantes?

**(OA).** É muito visível. Basta estar com atenção a um treino. Por exemplo, e voltando ao ciclismo: eu estava habituado a controlá-los por intermédio de relógios; porque com um relógio eu sei se o atleta está a recuperar ou não; nem é preciso estar ao pé dele. Posso mandar um atleta treinar no Porto, durante uma semana, e depois, ao chegar cá, eu fico a saber se treinou ou não. E estão a ser controlados à distância. Aí um atleta vai que ter de trabalhar, porque está a ser controlado, e ele sente-se na obrigação de ter de fazer, senão é apanhado na mentira de não estar a cumprir. E quando eles são pagos para trabalhar, têm de o fazer. Porque ninguém pode exigir aquilo que um atleta não tem para dar! Mas há atletas (e não é só no futebol e no ciclismo, é em todas as modalidades), que têm muita categoria, até de nível mundial, e passam ao lado de uma grande carreira, porque nunca se soube explorar as condições físicas que eles possuem.

**(E).** A actualização dos seus conhecimentos tem sido uma das suas preocupações mais fortes ao longo destes anos de actividade de fisioterapeuta?

**(OA).** Sim. Acho que nós estamos sempre a aprender, nem que seja com o roupeiro. Eu gosto muito de falar com o roupeiro das equipas, porque dali vamos tirar algumas informações. Basta perguntar como é que o atleta recebeu o cesto dos equipamentos; pode começar por aí. Ele nunca vai receber o cesto do equipamento de forma igual, todos os dias. Porque há um dia em que ele reage de um maneira diferente, ao receber o saco. E se nós começarmos logo por aí, vamos saber o que é que se passa com esse atleta. Outro exemplo: estamos à mesa a comer; se trabalharmos com eles uma semana ou várias semanas, quando o atleta está mal, o mexer no talher não é a mesma coisa, do que quando está bem. Ou o levantar da mesa não é sempre idêntico. E é preciso estudar isso tudo, ao pormenor, para conseguir ter uma equipa totalmente na mão. E saber quando um atleta reage menos bem, porque é que ele está a reagir assim, para sabermos dar logo a resposta. Se ele responde mal ao roupeiro, quando foi levantar o cesto do equipamento, algo vai mal, alguma coisa se passa. E às vezes há atletas que transportam de suas casas, com a família, com a mulher, filhos, ou namorada, problemas para dentro do balneário, ou do estádio. Eu cheguei a ganhar uma Volta a Portugal, por exemplo, com um ciclista, de quem muitas das coisas eu sabia, porque falava constantemente com a namorada e a com a mãe dele, e sabia o que é que se passava. São os tais difíceis de trabalhar, e temos de recorrer a isto tudo. Para mim, tudo isso é muito importante.

**(E).** E esse trabalho de dedução, baseado em pistas ou pequenos nadas, tem sido para si uma coisa instintiva, ou são lições transmitidas de alguém em especial?

**(OA).** Bem, eu tenho coisas minhas, muito próprias. Porque para gerir homens, só com o que está no livro, o livro não diz a verdade! Eu tenho essa experiência. Porque tenho ido a congressos, e pergunto a determinadas pessoas: "então, mas vocês não disseram no congresso aquilo que me estão a dizer!" E não acredito que se diga a verdade desde cedo. Só se começa a dizer a verdade, depois de um certa idade! Porque até uma certa idade, as pessoas que vão dar as palestras nunca dizem a verdade. Só quando vêm que já estão em final de carreira, e que já não lhes vão tirar os lugares, é que abrem o jogo. E isto é tudo estudado, é a realidade. No livro, eu acho que a pessoa lê, aprende a ler o que lá está, mas tem de se

ter uma capacidade própria, de inteligência, para estudar, adequada a cada pessoa. Tal como um encarregado de uma empresa: ela só funciona, se tiver um bom encarregado, ou director daquilo tudo. E no desporto, quando há pessoas a exigir resultados, é mais sensível. E há toda uma organização que tem de funcionar, por trás do atleta. É o meu modo de ver, para dar certo, embora em Portugal ainda se façam muitas coisas em cima do joelho.

**(E).** O que é que ainda lhe falta para se considerar plenamente satisfeito com o rumo que a sua vida no desporto levou, ao fim de trinta e tal a nos de actividade?

**(OA).** Neste momento, eu não quero parar por aqui. Quero mais! Quanto mais, melhor. Enquanto eu puder, quero aprender todos os dias; quero ajudar mais pessoas, para que sintam bem, porque estou a tratar de seres humanos; e quero resultados. Porque o resultado de uma equipa, se eu trabalhar nessa equipa, é meu também. E é isso que, neste momento, me falta: mais resultados. Se eu sou exigente para comigo, tenho que ser para os outros também. Mas, embora eu ainda não seja reconhecido como massagista no futebol, toda a gente me encara como um homem do ciclismo. E o ciclismo é muito duro, é muito exigente. E eu estou habituado às exigências. Por vezes não o posso demonstrar, mas dá-me vontade de desabafar... É que estou numa área que ainda não é a minha; não estou a pisar o meu terreno. E gostaria, um dia, de estar muito mais à vontade para dizer a determinadas pessoas, e a determinados atletas: "isto tem de ser assim, e vai funcionar assim, e os resultados vão ser estes!"

**(E).** No caso do futebol, então, numa altura em que as coisas não estarão tão bem, seria para si um desafio que a equipa alcançasse vitórias, e a almejada manutenção?

**(OA).** Quando aceitei o desafio do Pinhalnovoense, para mim foi também uma grande vitória entrar numa equipa da II Divisão. Não sendo uma pessoa do futebol, fiquei muito honrado com o convite do Pinhalnovoense, numa divisão em que não é qualquer pessoa que entra. Para mim é importantíssimo trabalhar num clube da II Divisão; e, acima de tudo, eu venho para casa aborrecido se as coisas não correm bem. Mas não está ao mau alcance tudo, e as pessoas que lá estão a trabalhar também querem mais, eu sei que querem. Mas, neste momento, todos estão a trabalhar para que a vitória principal, e o campeonato do Pinhal Novo seja a manutenção. Porque é a primeira vez, há muita coisa a limar, há uma estrutura que tem de ser mais consolidada. Mas temos de compreender que o exemplo vem lentamente, e o dinheiro não dá para tudo. Nesse aspecto, parece-me que estamos bem; porque as pessoas têm essa vontade, de melhorar, de aprender. E há que ajudar! Também procuro ajudar. Mas gostaria, acima de tudo, que o Pinhalnovoense se pudesse manter. Eu dou tudo o que tenho de mim para que o clube se mantenha.

**(E).** De todas as modalidades por que tem passado, o ciclismo ainda é o seu filho mais querido?

**(OA).** Sim, não posso estar a afirmar o contrário. Porque, para mim, o ciclismo é tudo na vida! Desde atleta, a preparador físico, a massagista e a treinador, aprendi muito, não só em Portugal, como no estrangeiro, onde tenho grandes amigos, entre directores desportivos, com quem mantenho o contacto. Mas não sei bem encarado, talvez, no ciclismo, derivado das vitórias que tive; e sou uma pessoa que não deixa um director interferir na minha área; e sou muito duro nessa parte. Eu defendo o atleta até ao limite. Porque sem atletas não há directores, nem treinadores, nem massagistas. E eles têm de cumprir. Se eu defendo um atleta, e exijo que lhe paguem, porque cheguei a fazer grandes ordenados, e grandes atletas, exijo que eles trabalhem; mas não posso admitir que venha um director ou alguém beliscá-los. Primeiro têm que passar por cima de mim. Antes de chegar ao atleta, sou o responsável, e imponho uma barreira que ali está. E em Portugal, é muito complicado. Embora agora esteja melhor, porque o director desportivo é que passa a ser responsável por tudo, e já vemos melhoras. No ciclismo, sinto que poderia dar mais à modalidade, mas as pessoas não entendem assim... Mas estou convencido que, mais tarde ou mais cedo, há-de aparecer algum convite que valha a pena!...

(entrevista de António Simões de Carvalho)

