

NATAÇÃO Um dia com “Flor”

Os "Europeus" de natação estão a chegar e Florbela Machado, da SCC/ Oryzon Energias, já tem lugar garantido. Fomos conhecer as rotinas da jovem atleta de alta competição > p.11

REVISTA DE IMPRENSA
 SECÇÃO: NATAÇÃO – DATA – 22 JUNHO - 2012
 TIRAGEM MÉDIA 2.500 –

Florbela Machado

Determinação à prova de água

Diz o adágio popular que "a sorte protege os audazes". No caso de Florbela Machado, nadadora da Sociedade Columbófila Cantanhedense/Oryzon Energias, mais do que audácia, existe muito empenho, uma boa dose de dedicação e quantidades consideráveis de espírito de sacrifício. A esses ingredientes juntaram-se a paixão pela natação e alguma "queda" para a modalidade, e o resultado final

está à vista: a participação, entre os dias 4 e 8 de Julho, no Campeonato da Europa de Júniores a realizar em Antuérpia (Bélgica). Quisemos saber que impacto tem a prática de desporto ao mais alto nível na vida de uma pessoa, neste caso de uma jovem com 16 anos feitos há pouco mais de um mês. E assim nasceu esta reportagem, em que se relata um dia da vida da atleta.

Apesar de haver atletas de alta competição que garantem que de manhã "é na caminha", não é isso que se passa com Florbela Machado. Três vezes por semana, às segundas, quartas e sextas-feiras, o despertador toca às seis da manhã. Ainda o galo está a contar carneiros, já a nadadora da Sociedade Columbófila Cantanhedense (SCC)/Oryzon Energias está a saltar da cama. Chegamos à casa da família Machado pouco depois, por volta das 6h15, e encontramos Hilário, o

pai, na cozinha. Enquanto a filha não chega à cozinha vai pondo leite, sumo e um bolo caseiro com um aspecto delicioso sobre a mesa. Prepara um café para si enquanto vai explicando: "Trabalhamos por turnos, eu e a mãe da Florbela. Como ela está no trabalho, sou eu que vou levar a miúda à piscina". Nisto ouvimos passos apressados nas escadas. De calças de ganga escuras e uma t-shirt, mochila às costas e o cabelo preso por um elástico, vem ainda a esfregar os olhos.



Deita-nos um sorriso e um "olá" meio envergonhado escapa-se-lhe dos lábios. A timidez com que nos brindou da primeira vez que conversámos mantém-se. Prepara uma taça de cereais enquanto o pai lhe tira um café. Aproveitamos para conversar um pouco com Hilário, saber como surgiu a natação na vida de Florbela: "Começou muito cedo, talvez com uns três anos. Nunca teve gosto por outras áreas, como a música ou o ballet... sempre foi a natação que a encantou. E já se sabe, quando fazemos o que gostamos, tudo

corre melhor". Pode correr melhor mas não há garantia de que se atinjam resultados como os que "Bela" tem vindo a alcançar. De há um par de anos a esta parte o seu nome começou a ser falado nos meandros da natação e, deste então, tem vindo sempre a somar vitórias a um percurso pleno de sucesso. O pequeno-almoço está tomado e a mesa arrumada: são horas de seguir rumo a Cantanhede. Antes, ainda há tempo para uma fotografia à porta de casa ao lado do pai.

Ainda não eram 6h40 quando chegámos às Piscinas Municipais de Cantanhede. Vólvidos poucos minutos chega o treinador de "Flor" ("Bela" para a família, "Flor" para os colegas da modalidade, Florbela para os restantes), Ricardo Antunes. Feito o aquecimento, é hora de entrar na água, provavelmente o momento com que Florbela sonhou praticamente toda a noite. "Ela vive para isto", garantirá-nos o pai. O sorriso, agora mais rasgado, com que nos brinda antes de saltar para a água desfaz todas as dúvidas. Seguem-se incontáveis piscinas nadadas a um ritmo impressionante. "Parece fácil, não?", atira Paulo Ferrei-

ra, coordenador técnico da SCC/Oryzon Energias. "No inverno a carga emocional para estes atletas é maior... começam o treino ainda de noite. Mas estas são as condições ideais para eles – o silêncio, a piscina por nossa conta", garante. Três vezes por semana é assim. Depois há mais cinco sessões, de segunda a sexta-feira ao final do dia, e uma outra na manhã de sábado. Ao todo, são nove treinos semanais para Florbela, o que se traduz em muitos quilómetros nadados. "Ninguém chega a um Europeu com cinco treinos semanais. Isto requer sacrifício e só quem está empenhado é que consegue. Para mim, estes miúdos já são heróis".



Florbela será uma das oito nadadoras portuguesas a competir no Europeu da modalidade, onde participará nas provas de 600 e 1.500 metros livres, um feito digno de admiração e de reconhecimento. Mais ainda se pensarmos que para além da natação há a escola e os livros,

a família e os amigos. "Precisamos de mais jovens assim, com esta capacidade de trabalho e este empenho", assegura Paulo Ferreira. Entretanto, o treinador Ricardo Antunes dá algumas indicações a Florbela e ao seu colega. Já sabemos que por aqui os prognósticos cos-

tumam ser reservados ou deixados para "depois do jogo", mas ainda assim insistimos: "A Flor tem-se preparado bem, mas há sempre imprevistos. Tudo deixa antever uma excelente participação, mas vai depender da forma como ela encarar a prova, que é apenas

a sua segunda internacional em representação da Seleção", explica Ricardo Antunes. "As vezes há uma certa inibição e ansiedade, mas o que importa é que haja confiança no trabalho que foi feito. A classificação acaba por ser o menos importante".

Estamos em período de férias lectivas, por isso Florbela termina o treino com alguma descontração. Se estivéssemos em tempo de aulas, os momentos de relaxamento dariam lugar a um duche rápido e uma corrida até à escola, ali mesmo ao lado. Seguir-se-ia um dia preenchido por aulas, testes, trabalhos e estudo, que culminaria em mais umas horas na piscina. O regresso a casa dificilmente aconteceria antes das nove e tal da noite. Mas não hoje. Como os colegas foram em viagem de fim de ano,

Florbela não tem que ir até à escola. O avô espera por ela à frente da piscina, pronto a levá-la de volta a Murte. Aproveitamos a deixa para conversar com aqueles que são os mais fervorosos fãs da jovem atleta da SCC/Oryzon Energias. Maria de Lurdes e António Cavaco não escondem o orgulho que têm na neta. "Lá está ela aqui no jornal", diz o avô de Florbela apontando para a fotografia que testemunha mais um sucesso no percurso desportivo da sua neta. "Nunca tivemos nada, isto para nós é um grande

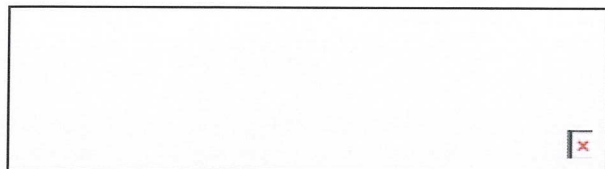


orgulho", confirma a avó. Para além de excelente nadadora, é uma boa menina: "Não há melhor, é muito amorosa... É muito calada, às vezes é preciso puxar por ela, mas eu também era assim até aos meus 17 anos", confessa Maria de Lurdes.



"Não come é nadinha, não sei onde vai buscar força para nadar. E peixe nem lhe toca! Só quer é carne e massa", diz a avó. Florbela não contesta. Levanta-se para ir buscar um iogurte e bolachas, depois de ter passado algum tempo a brincar com Lira, Fiona e Neca, as três cadelinhas que fazem companhia a Maria de Lurdes e António Cavaco. "Normalmente está agarrada ao telemóvel ou a ver televisão", assegura o avô. "Não é de sair nem andar por aí". A jovem aproveita a deixa e abre o computador portátil. "Estou a fazer o registo do treino", explica. Uma espécie de relatório

que serve para acompanhar a sua própria evolução e os objectivos traçados. Hoje foram mais de seis quilómetros só no treino matinal. Cansada? "Nem por isso". E acordar tão cedo, custa? "Só na primeira semana, depois habituo-me". Se fosse obrigada a escolher entre a escola e a natação? Responde com um sorriso. Não se atreve a verbalizar a resposta mas, aqui para nós, é mais do que óbvia.



REVISTA DE IMPRENSA

SECÇÃO: NATAÇÃO – DATA – 22 JUNHO - 2012

TIRAGEM MÉDIA 2.500 – Paulo Ferreira

NADADORES DA SCC/ORYZON ENERGIAS EM DESTAQUE

A 9 e 10 de Junho, as Piscinas Municipais de Cantanhede foram palco do Torneio Regional de Fundo, uma prova inserida no calendário da Associação de Natação de Coimbra para os escalões mais novos. A Sociedade Columbófila Cantanhedense (SCC)/Oryzon Energias fez-se representar por 14 atletas que estabeleceram 52 novos recordes pessoais. Nos 800 metros livres, escalão cadetes A, o destaque foi para Sara Alves, que alcançou o primeiro lugar em 10:49.21 minutos, enquanto que no sector masculino Diogo Maia e Rafael Neto foram os mais rápidos da SCC/Oryzon Energias, terminando a prova em 3.º e 4.º lugar, respectivamente. No escalão cadetes B, os atletas nadaram os 400 metros livres e Carolina Reis venceu com a marca de 5:51:34 minutos, ao passo que nos masculinos os melhores resultados da equipa de Cantanhede foram os de Diogo Coelho (3.º) e David Tinoco (4.º). Nos 200 metros estilo, Sara Alves (2:52.02 minutos), Carolina Reis (3:09.30) e Diogo Maia (2:48.22) venceram nos seus escalões.



REVISTA DE IMPRENSA

SECÇÃO: DIRECÇÃO GERAL – DATA – 22 JUNHO - 2012

TIRAGEM MÉDIA 2.500 – Magda Silva

■ COLUMBÓFILA QUER PRESERVAR O SEU HISTORIAL

A Direcção-Geral da Associação de Solidariedade Social Sociedade Columbófila Cantanhedense, fundada em 24 de Agosto de 1950, está a desenvolver esforços no sentido de concretizar a publicação de um livro com o intuito de *“preservar o seu historial e também dar cumprimento a um dos desejos do saudoso e eterno Presidente Alberto Abrantes”*. Para o efeito, o sociólogo Carlos Miranda tratará de reunir todos os dados e informações relevantes sobre a história da Associação, missão em que conta com a colaboração de diversas figuras da Columbófila, como o seu sócio número um, José Santos, elementos da direcção, atletas e amigos.

A Direcção pretende que o referido livro seja *“profusamente ilustrado e rigorosamente documentado, fruto de um aturado trabalho de pesquisa que Carlos Miranda vai efectuar nos documentos do clube, em jornais e em arquivos, mas sobretudo também ouvindo muitas pessoas que passaram pela Colectividade na década de 50 e 60”*.