

ORIENTAÇÃO

LUÍS NUNES NO PÓDIO DO CAMPEONATO DO MEDITERRÂNEO



O 3º Campeonato do Mediterrâneo, realizado no fim de semana em Satão e Aguiar da Beira, com organização do Ori-Estarreja e do Clube de Orientação de Viseu (COV), contou com a participação de 931 concorrentes, dos quais 535 estrangeiros de 26 países.

Incluiu provas de distância média e sprint, no sábado, e distância longa no domingo, as quais contavam para o Ranking Mundial de Orientação pedestre (WRE).

Marcaram presença 22 representantes do Ginásio, cujas classificações se podem considerar muito boas, face à concorrência de toda a elite mundial da especialidade.

Destacaram-se Luís Nunes, 3º (2º português) no escalão M21B, André Ferreira, 5º (2º português) em M14, Arnaldo Mendes, 6º (3º português) na categoria “Difícil curto” e Álvaro Coelho, 7º (4º português) em M60.

Stepanka Betkova, 23ª da elite feminina na distância longa, foi a melhor representante de clubes portugueses.

Colectivamente, o Ginásio conseguiu o 15º lugar entre os 164 clubes participantes.



ESTAFETA ORI-QUIAIOS HOTEL NA PRÓXIMA QUARTA-FEIRA



III Estafeta Ori - Quiaios Hotel

• Prova com 3 percursos:
• Estafetas (3 elementos)
• Percurso em linha - Difícil
• Percurso em linha - Fácil

Inscrições:
ginasiocf.orientacao@gmail.com
www.orioasis.pt

Coordenadas:
40°15'24.65"N
8°47'54.02"W

26 de fevereiro
Lagoa da Vela - Bom Sucesso
Figueira da Foz

A realização da 3ª Estafeta Ori-Quiaios Hotel, prevista para 6 de Março na programação do Ginásio, foi antecipada para a próxima quarta-feira, 26 de Fevereiro. Este evento realiza-se na zona da Lagoa da Vela, com uma prova por estafetas de três elementos e dois percursos em linha (difícil e fácil).

KICKBOXING

GINÁSIO GASPROCAR VENCE TAÇA DA AKBMT CENTRO



O Ginásio Gasprocar venceu a segunda fase da Taça da AKBMT Centro, que se realizou no pavilhão da Nazaré, no sábado, 22.

Esta segunda fase disputou-se nas modalidades de Kickboxing Full-contact e Light-contact, com o Ginásio a vencer colectivamente nas duas modalidades.

O resultado apurado no conjunto das duas fases foi o 1º lugar para o Ginásio, com 50 pontos, seguido pelo ACD Os Ílhavos, com 30 pontos, e em 3º a Escola Kick Fernando Paulo, com 25 pontos.



REMO

GINÁSIO LITOCAR NO COMANDO DO TORNEIO DE ESCOLAS DA BEIRA LITORAL



Marcada para Coimbra e por duas vezes adiada devido às condições atmosféricas, a 4ª Jornada do Torneio de Escolas (+ complementares), teve lugar este sábado, 22, na Barrinha da Praia de Mira, num dia excelente para a modalidade.

Os remadores das Escolas do Ginásio estiveram em dia inspirado conseguindo uma vitória e quatro pódios nas seis regatas em que participaram. Maria Manano venceu no escalão II, Gonçalo Gonçalves (escalão II) e Miguel Rocha (escalão III) foram 2ºs classificados e Francisco Silva (escalão I) e Rui Cação (escalão IV) conseguiram o 3º lugar.

Não subiram ao pódio Ana Nunes, Henrique Costa, Diogo Batista, Joana Santos, Rosana Mortágua, Sara Nogueira e Mariana Cecílio, mas contribuíram para a vitória colectiva do Ginásio Litocar com 122 pontos, seguido pelo CN Praia de Mira com 106, 3º Clube dos Galitos com 106 e Académica em 4º com 105.

Com esta vitória o Ginásio Litocar consolidou o comando do Torneio de Escolas com 503 pontos, em 2º a Académica com 455 pontos e 3º o CNPraia de Mira com 448.

Nas sete provas complementares o Ginásio participou em cinco, venceu duas e conquistou mais três pódios.

Os vencedores foram Gonçalo Oliveira, em skiff infantil, e Ruben Curado, David Bertão, Rafael Parente e Carlos Ventura em quadri-sculld iniciado masculino.

Os lugares de pódio foram para os skifistas Marta Grilo (3ª no escalão iniciado), Tiago Silva (2º em juvenis) e Carolina Alves (3º em juvenis).

GINÁSIO LITOCAR NA 1ª REGATA INTERNACIONAL CENTRO DE MAR



Viana do Castelo recebeu este fim-de-semana, 22 e 23, a 1ª Regata Internacional de Fundo, organizada pelo jovem clube Viana Remadores do Lima (VRL), que resultou da fusão entre os dois antigos clubes de remo – Clube Náutico de Viana e ARCO.

Este evento desportivo tinha o quadri-sculld feminino e o shell de 8 masculino como barcos em competição e com um figurino de dois dias de provas, disputou-se no sábado uma regata de 400 metros que iria servir para definir a ordem de largada para a regata principal, no domingo, na distância de 5500 metros.

No shell de 8 o Ginásio participou com uma tripulação mista com atletas do Clube Galitos e da Colectividade Popular de Cacia. Na regata de sábado esta tripulação classificou-se em 7º lugar, tendo sentido muitas dificuldades para manter um bom desempenho na prova face à forte corrente do rio e vento lateral.

Com um sistema de largada em contra-relógio, no domingo, e com rio e vento mais colaborantes,

a tripulação ginásista quedou-se pelo 8º lugar da geral, num total de 13 clubes participantes.

BASQUETEBOL

RESULTADOS

22 de Fev. - Camp. Nac. Sub 14 – Gumirães-56 / Ginásio A-59

22 de Fev. - - XVIII Camp. Nac. Sub 18 – Ginásio-78 / Leça-60

22 de Fev. - Torneio Evolução Sub-14 – ESBM-40 / Ginásio B-63

22 de Fev. - XIII Taça Nac. Sub 16 – Ginásio-58 / Olivais Coimbra-43

23 de Fev. - XIII Taça Nac. Sub 16 – Ginásio-83 / Unidos Tiago Silva-38

23 de Fev. – Proliga – Academia do Lumiar-74 / Casino Ginásio-72

A equipa lisboeta continua a ter uma prestação fantástica em ano de estreia na Proliga, e somou este domingo mais uma vitória, ao derrotar, em casa, o Ginásio por 74-72. O bom aproveitamento caseiro da Academia do Lumiar, terceira vitória consecutiva na condição de visitada, faz com que os comandados de Paulo Mendes estejam neste momento confortavelmente posicionados no 6º lugar, com perspetivas de poderem continuar a subir na classificação.

O conjunto da Figueira da Foz, com os dois últimos resultados negativos, sente o seu 3º lugar mais ameaçado pelo Eléctrico, antevendo-se muita luta até final da fase regular.

FONTE: Portal FPB

TODOS OS MINIS EM ACTIVIDADE



Foram dois fins-de-semana de grande actividade para os mais jovens basquetebolistas do Ginásio.

No sábado, 15, a equipa de sub-8 participou, no Pavilhão Caras Direitas, num convívio organizado pelo União de Buarcos, e no domingo, 16, os sub-10 conviveram num torneio organizado pelo Ginásio, no Pavilhão Galamba Marques.

No sábado, 22, foi a vez da equipa de sub-12 participar num torneio no Pavilhão Mário Mexia, em Coimbra.



NOVE GINASISTAS NAS SELECÇÕES DISTRIAIS

Nove atletas do Ginásio foram convocados para o estágio de Carnaval da Associação de Basquetebol de Coimbra.

Da equipa sub-14 foram convocados Frederico Simões, Guilherme Quaresma, Joaquim Coelho, João Marques e João Medina, e da equipa de sub-16 Gonçalo Barbosa, Tiago Moço, Rui Craveiro e Vladyslav Voytso.

FUTEBOL DE 7

RESULTADO

Benjamins B: Meo Kids Academia 94 Ginásio - 1 / Febres – 2

LIGA DE VOLEIBOL INATEL

RESULTADOS

15 Fev. – Liga de Voleibol Inatel – Ginásio -3 / CV Peso da Régua – 1

21 Fev. – Liga de Voleibol Inatel – CFD Midões – 0 / Ginásio 3

CALENDÁRIO

ORIENTAÇÃO

26 de Fev. – Lagoa da Vela – Bom Sucesso –III Estafeta Ori-Quiaios Hotel

VOLEIBOL

28 de Fev. - Liga Voleibol INATEL - Pav. Galamba Marques – 21h30 - Ginásio / Clube de Condeixa