

DIA DO GINÁSIO



Dia 6 de Julho vamos celebrar o Dia do Ginásio. Um convívio de atletas, técnicos, dirigentes, familiares e amigos.

Este ano voltamos ao modelo de caminhada, com um passeio de cerca de 6 km, pelas ruas da cidade, entre o Pavilhão Galamba Marques e o Palácio Sotto Mayor.

Pelas 12:30h o encontro é nos Jardins do Palácio Sotto-Mayor para uma breve sessão de entrega de lembranças a Campeões Nacionais e Internacionais. Segue-se um almoço volante, gratuito para atletas, técnicos, seccionistas, dirigentes e convidados.

Este evento é aberto ao público e sem necessidade de inscrição prévia, a participação na Caminhada é inteiramente gratuita, além de dar direito à oferta de uma t-shirt.

REMO

TRÊS TÍTULOS NACIONAIS, 7 PRATAS E 3 BRONZES



Foi um fim-de-semana em grande para o Ginásio Litocar, com a conquista de 3 títulos nacionais, 7 medalhas de prata e 3 medalhas de bronze no Campeonato Nacional de Velocidade das categorias de Juvenis, Juniores, Seniores, Veteranos e Remo Adaptado.

Os títulos nacionais foram conseguidos por Tomás Neves, no skiff júnior, Carla Silva, no skiff adaptado e pelos Juvenis Carlos Cunha, Rodrigo Lopes, Henrique Carrapato e Rodrigo M Lopes, numa equipa mista de 8+ com o clube Galitos.

As medalhas de prata foram conquistadas pela dupla Juvenil Inês Oliveira e Matilde Ferreira, pelo 4x juvenil de Carlos Cunha, Rodrigo Lopes, Henrique Carrapato e Rodrigo M Lopes, pelo skiff júnior de Lara Faustino, pelo Tomás Neves em skiff Sub-23 e numa equipa mista de 4x Júnior, pelo skiff adaptado de Tiago Duarte e pela dupla veterana de Mark Aloway e Vitor Faria.

As medalhas de bronze foram para 4 equipas: Tomás Neves em skiff sénior, Ricardo Gaudêncio em skiff adaptado, Licinia Ferreira e Mary Patterson em 2x veterano, e Licinia Ferreira, Mary Patterson, Cristina Mendes e Teresa Santos em 4x veterano.

Muito perto do pódio (4º lugar) ficaram ainda as equipas veteranas de 4x feminino, 4x masculino, 4-masculino e 8+ feminino.

TÊNIS DE MESA

VETERANOS EM DESTAQUE NO CAMPEONATO NACIONAL



O Pavilhão Galamba Marques voltou a receber, este Sábado, 29 de Junho, nova prova organizada pela Federação Portuguesa de Ténis de Mesa, desta feita o **Campeonato Nacional Equipas Veteranos**, disputado por mais de meia centena de atletas masculinos e femininos em representação de 17 equipas.

O Ginásio foi o único clube a inscrever uma equipa no escalão 70+ motivo pelo qual teve de integrar os atletas Jaime Santos e Luís Silva no escalão inferior (60-69) juntando-se a Alexandre Campos e Carlos Dinis. Terminaram a prova no 4.º lugar após obtenção dos seguintes resultados:

Ginásio, 0 – CIR Laranjeiro, 3

Ginásio, 2 – Sinapsa, 3

Ginásio, 1 – CRC Quinta dos Lombos, 3

A equipa CRC Quinta dos Lombos sagrou-se campeã nacional deste escalão.

FÉRIAS EM MOVIMENTO



Começam hoje os programas de verão do Ginásio para umas férias em movimento. O Campo de Férias Multidesportos iniciou hoje a sua primeira semana e vai durar até à primeira semana de Agosto, todos os dias das 09h30 às 18h00 e o Remo nas Férias irá realizar-se durante o mês de Julho, todas as manhãs das 09h30 às 12h30.

FUTEBOL

PORTUGAL UNDER CUP 2024



O Ginásio esteve presente na 2ª edição da Portugal Under Cup 2024, em Monção, de 27 a 30 de Junho. Foram três as equipas Ginasistas, um total de 48 atletas de dois escalões, entre os 2300 atletas presentes no evento. A equipa de Sub 15 A ficou em 2º lugar na Taça Europa, os Sub 15 B que ficaram em 3º lugar na Taça de Portugal e a equipa de Sub 12 ficou também em 3º lugar da Taça de Portugal.

KICKBOXING

VINICIUS BERETA EM MAIS UM COMBATE FCE3



O atleta Vinicius Bereta esteve presente, no passado dia 27 de Junho, na terceira edição do FCE, que se realizou em Lisboa no lindíssimo Campo Pequeno.

Defrontou um duro atleta da Moldávia, Victor Apostol, treinado no prestigiado ginásio do Petrosyan (múltiplas vezes campeão do mundo). A tarefa era bastante difícil e infelizmente no 2º assalto é colhido por um joelho que o impede de continuar.

O trabalho continua, pois em breve teremos mais um compromisso a anunciar.

RUGBY

EUROPEAN BEACH RUGBY FESTIVAL 2024



No fim-de-semana, de 29 e 30 de Junho, realizou-se o European Beach Rugby Festival, na Figueira da Foz, com a participação de aproximadamente 950 atletas!

O Ginásio Rugby manteve a tradição, levando 12 guerreiros a esta edição.

Num fim-de-semana com muito rugby, muita diversão e animação, a nossa equipa deu o seu contributo com a garra e empenho característicos.

Parabéns a todos os valentes que participaram e a todos aqueles que nos apoiaram ao longo da "época". Uma palavra de conforto e rápidas melhoras para os nossos lesionados.

Para o ano há mais! Ou ainda este ano, novidades em breve, muito breve!

Convite aberto a quem queira experimentar esta modalidade apaixonante!

CALENDÁRIO

REMO

20 e 21 Julho – Campeonato Nacional Remo de Mar, local a definir