



CLUBE TÊNIS ALFRAGIDE

TEAM

N.º 4 • Abril 2004

NOTÍCIAS

Morada: Rua dos Eucaliptos – Quinta Grande – Alfragide - 2610-069 Amadora
Tel./Fax: 21 471 41 58 • ctalfragide@ace-team.com www.ace-team.com

Capriati elegeu o nosso atleta e ex treinador, António Van Grichen, para seu parceiro de treino

Van Grichen nos EUA



Jennifer Capriati escolheu António van Grichen para o cargo de sparring partner, uma associação que nasceu recentemente depois do nosso ex treinador se ter instalado na Academia Harry Hopman, na Florida – E.U.A.

Aos 25 anos, e depois de uma carreira como jogador que teve início aos 5 anos pela mão de Pedro Bivar, tendo passado por todas as Selecções Nacionais, pelo Centro Nacional de Treino de Lisboa e que teve como ponto alto a conquista de um título Nacional Absoluto de pares e a presença numa eliminatória da Taça Davis, António van Grichen iniciou a actividade de treinador no CLUBE DE TÊNIS DE ALFRAGIDE /ACE TEAM, mas há cerca de 5 meses rumou para os Estados Unidos para trabalhar numa das mais famosas academias desse país. Para além do trabalho com Capriati, António trabalha também com o georgiano radicado na Academia Harry Hopman, o jovem de 12 anos Lazare Kukhalashvili que em Dezembro último se sagrou campeão do Orange Bowl de Sub-12.

editorial

A insustentável leveza do ténis feminino

Desde há muito tempo que é notória e discutida a crise do ténis feminino em Portugal e pode dizer-se que, com o passar do tempo, essa crise deixou de ser conjuntural e passou a estrutural. Parece que não temos meios, nem capacidade para sair dela. Terminada a carreira da nossa mais recente e proeminente jogadora – Sofia Prazeres – parece que a crise, se tal era possível imaginar-se, se agudizou.

A crise radica num factor mais global que é a pouca disponibilidade que os portugueses dedicam à prática desportiva e dentro desta a insipiente representatividade da população feminina no desporto.

O Ténis não é excepção e de facto temos uma população feminina muito reduzida a jogar ou a aprender ténis. Nas escolas de ténis as alunas são uma dramática minoria e todos os treinadores têm experiências de pais que inscrevem o filho no ténis e a filha é "desviada" para modalidades tidas por mais femininas, ou porque não tem jeito, ou porque não gosta (mesmo

sem ter experimentado), enfim os mais variados argumentos que retiram à potencial jogadora a possibilidade do primeiro contacto com a modalidade. Quantas campeãs, provavelmente, já se perderam devido a esta desigual e injusta prática.

Faltando número na base é claro que a vertente competitiva sai claramente prejudicada. São poucas as atletas a dedicarem-se à competição e quando o fazem a maior parte delas apresenta um deficit atlético importante porque ao contrário do que seria de esperar tão pouco fizeram outros desportos em que pudessem desenvolver as suas capacidades físicas.

O panorama competitivo feminino na Associação de Ténis de Lisboa (a Associação Regional onde existem mais clubes e mais atletas federados)

Pedro Bivar



MONTEPIO GERAL
HÁ VALORES QUE DURAM SEMPRE

Mais Seguro
Corretora de Seguros, S.A.

Novas adesões no "Ace Team"



Bruno Silva

- Manuel Costa Matos
- Bruno Silva
- Tomás Morais
- Sérgio Baptista

Em regime misto Escola de Ténis e Academia:

- Marina Gallo
- Ricardo Martins
- Francisco Costa
- Pedro Barreira



Actividades Competitivas

NOV./03

- **Lisboa R.Centre** – Patrícia Martins Vice-Campeã (Iniciadas)
Bruno Silva -Vice-Campeão Juniores
- **Torneio Golegã (séniores)** - Devido a chuva o Torneio não se realizou, o Ace Team teve 3 atletas nas 1/2 finais
- **Torneio, Fundadores C.T.S. Miguel (TMN Açores)**
Acompanhados por P. Bivar participação dos nossos atletas: Tiago Godinho, M.Costa Matos, H.Anão e B.Malveira.
- **Torneio Olaias (cadetes)** – B.Silva e F.Costa na final com vitória para B.Silva.



- **R.Ténis Clube (Infantis)** - Ricardo Martins – Campeão
- **Lisboa Racket Centre (Juniões)** – Nuno Jacinto Campeão e Francisco Costa – vice-campeão

entrevista

ANA DINIS, RESPONSÁVEL PELA PREPARAÇÃO FÍSICA

« Não se ganham jogos só à custa do talento »

Começou por jogar badminton seguindo as pisadas do seu pai, mas depressa gostou de praticar outras modalidades, como o voleibol e o atletismo até que os joelhos começaram a ceder e a impossibilitar um treino mais intenso, até que foi levada para o ténis pela mão de um seu colega e amigo da Faculdade de Motricidade Humana. Agora, aos 25 anos, está fortemente empenhada em "criar hábitos" nos nossos jovens jogadores do Clube de Ténis de Alfragide/Ace Team, tendo uma visão muito realista da situação: "Há pouco cuidado com o físico".

O diálogo com a nossa responsável pela preparação física aí está.

– Como aconteceu a ligação com o ténis?

– Foi o Nuno Machado, um colega meu que me convidou há cinco anos para ir para o CIF. Depois apareceu a oportunidade de ir para o Centro de Treino da Federação. E desde Setembro que aqui estou todos os dias.

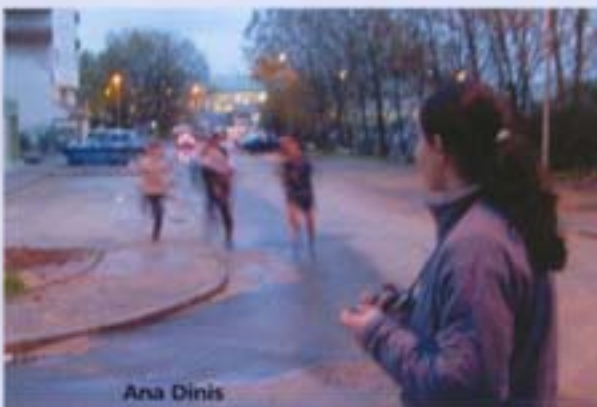
– Dá mais gozo trabalhar num clube ou na Federação?

– No Centro de Treino tinha melhores condições para trabalhar. Estávamos no Estádio Nacional, tínhamos tudo ali ao pé, desde ginásio, piscina e pista de atletismo. É bastante diferente. Trabalhava todos os dias e era mais fácil ver a evolução dos resultados. E também tenho de admitir que trabalhar com o Sotero Rebelo motivou-me bastante. É uma pessoa que sabe distinguir as coisas, não se envolve no trabalho dos outros.

– E aqui não há piscina, nem pista de atletismo...

– Não sou exigente e com imaginação damos a volta por cima e conseguimos os mesmos objectivos. Desde que os jovens gostem de treinar não há problema.

O grande entrave é que eles não têm hábitos de trabalhar o físico. Não há muita regularidade.



Ana Dinis

– E aí começam os tais problemas, as tais diferenças quando se chega a um patamar internacional...

– É mais ou menos isso. Nota-se que aqueles que têm talento dão-se satisfeitos por trabalharem um pouco. A técnica não é tudo quando se atinge um determinado nível. É muito bom ter talento, mas não se

(continuação do editorial)

no ano de 2003 foi ainda mais negativo do que em anos anteriores: um grande número de torneios oficiais femininos não se realizou, devido a não se alcançar, em cada torneio o número mínimo legal de inscrições, que é de 8 atletas. Pelo mesmo motivo, nem o Campeonato Regional Juniores femininos escapou a esta fatalidade. Sintomático desta grave crise foi o facto do Campeonato Regional de Inter-clubes Juniores femininos não se ter realizado devido à inscrição de apenas 2 equipas, quando o mínimo era 3.

Temos de concordar que só com uma vontade quase sobrehumana é que as nossas jogadoras não abandonam a modalidade, dado que se inscrevem em torneio após torneio não conseguindo competir porque eles não se realizam, por não ter havido mais sete atletas que o viabilizassem. Nos campeonatos por equipas é quase incompreensível como é que na Associação Regional de Lisboa – que tem aproximadamente 100 clubes – não houve em 2003 mais de 2 clubes inscritos. Será falta de motivação dos treinadores e dos atletas, falta de interesse dos clubes?

Cabe ao Estado, à Federação Portuguesa de Ténis e a todos os nós –envolvidos no fenómeno desportivo – incentivar a prática desportiva em geral (masculina e feminina) e a prática do ténis em particular, mas parece-me que só isso não chega. Temos de ter regras de ataque à crise instalada no ténis feminino, que estimulem este sector da modalidade, senão corremos o risco de privar uma parte importante de população – a feminina - de praticar ténis, desenvolvendo a nossa modalidade de forma parcial e não harmoniosa.

Avanço duas medidas, que mesmo que fossem transitórias, poderiam estimular o ténis feminino em Portugal. Uma, aliás, foi já experimentada em 1995 com sucesso.

1ª medida: Campeonatos de equipas mistas: em 95 esta medida foi apenas implementada para o grupo juvenil e houve Associações que não aderiram com o argumento de que se estava a desvirtuar quer o ténis masculino quer o feminino, mas o que é facto é que houve clubes, que não tendo tradição no ténis feminino, tendo portanto poucas jogadoras a competir, e não querendo privar as suas equipas masculinas de participar na competição, fizeram um esforço considerável na angariação de jogadoras, o que levou a que



ganham jogos só à custa do talento.

- A acrescentar a tudo isso ainda temos as lesões...

- Claro. O chamado trabalho físico serve igualmente para prevenir lesões a todos os níveis, nas costas, nas pernas, nos braços...

- Até a nível mental é importante saber que um jogador está bem fisicamente...

- Sim, sim. Quando começam a faltar as forças, aparece o desânimo, a frustração, e uma pessoa começa a perceber que a derrota está próxima. Um jogador que esteja bem fisicamente sabe que ainda tem sempre uma oportunidade para ganhar o jogo. Está mais lúcido.

- Comparando, de uma maneira geral, o jogador português com o estrangeiro, quais são as principais diferenças?

- O jogador português não me parece que seja muito ágil. É relativamente rápido, mas falta-lhe mobilidade no campo. É preciso trabalhar muito o jogo de pés. E isso faz parte de uma preparação gradual que vem desde os tempos de iniciação desportiva.

- Qual é a visão que tens do ténis e porque aprecias tanto o jogo?

- Primeiro porque há algumas semelhanças com o badminton. É um desporto muito rápido e que tem um misto de resistência e velocidade. Depois é essencialmente porque o ténis é uma modalidade extremamente completa em termos de todo o tipo de exigências: técnica, físico e mental. É preciso estar muito concentrado durante muito tempo. Adoro ver ténis e quando era mais nova ficava horas e horas a ver ténis na televisão.

- Qual é a idade que aconselhas a que um jogador possa iniciar um trabalho físico no ténis?

- Tal como no ténis, há a iniciação e o aperfeiçoamento. No âmbito da preparação física as situações são semelhantes e podem e devem estar conjugadas para um dia mais tarde não se detectar as tais lacunas de mobilidade.

- Achas que a investigação ao nível da preparação no ténis está muito evoluída?

- O que posso dizer é que no Simpósio Mundial de Treinadores vários prelectores disseram que o ténis estava ainda atrasado relativamente a outras modalidades. Ainda há pouca investigação a esse nível.

essas atletas se mantivessem na modalidade ao longo da época, mesmo depois de terminado o campeonato de equipas e durante anos.

Pensou-se na altura, e bem, que a maior parte dos clubes que participavam nos campeonatos de equipas masculinos, não iriam correr o risco de deixar de participar pela falta de duas ou três meninas.

Por outro, foi positivo quer para os jogadores quer para as jogadoras que se incentivavam reciprocamente tendo havido nesse ano um espírito de equipa e entre ajuda notáveis que levou a uma maior motivação por parte das atletas e com a responsabilidade de treinar mais e melhor para não comprometerem as aspirações das equipas onde estavam inseridas, havendo meninas que treinando 1 ou 2 vezes por semana passaram a treinar todos os dias.

2ª medida: nos torneios oficiais individuais baixar-se o número mínimo de 8 para 4 atletas: a grande razão por que um tão grande número de torneios femininos em 2003 não se realizou foi porque não havia o nº mínimo legal de inscrições. Para se realizar um torneio oficial, masculino ou feminino, existe um nº mínimo de inscritos que é de 8 atletas. Não se atingindo este número o torneio não se realiza. De facto havendo muito menos jogadoras do que jogadores a competir não tem muito sentido exigir-se o mesmo nº mínimo de inscrições para viabilizar os respectivos torneios. Devia pois adaptar-se esta exigência legal à realidade do nosso ténis feminino, de modo a viabilizar todos os torneios do calendário. No caso de quadros competitivos muito reduzidos, podia conceber-se a prova no sistema de "round robin". Isto é, num quadro em que só houvesse 4 inscritas, jogavam todas contra todas, cada atleta fazendo pelo menos 3 jogos que de qualquer maneira é mais do que fazem na maioria dos torneios em que participam, ou "poules" de apuramento para um quadro final que aí sim já seria a eliminar.

Enfim podem imaginar-se estas ou outras medidas que dinamizem o ténis feminino em Portugal e que permitam às nossas jogadoras desfrutarem duma parte importante da sua actividade que é a competição.

Pedro Bivar

Actividades (cont.) Competitivas

NOV./03

- **Seleção Nacionais (estágios)**
Convocadas: Marina Gallo (Infantis) e Patricia Martins (Iniciados)

DEZ./03

- **Campeonato da Europa Equipas Seniores** – convocado T. Godinho
- **Seleção Nacional Cadetes (estágio)**
Convocado Bruno Silva
- **Torneio Natal Olaias**
Patricia Martins Campeã - iniciados
Francisco Costa – Campeão-cadetes
Ricardo Martins – Campeão-iniciados
- **Torneio Natal Ace Team - Cadetes**
Francisco Costa – Campeão Sing. e Pares
- **Masters TMN (Seniores)**
Tiago Godinho apurado para os Masters onde jogam os 8 melhores do circuito TMN.



Tiago Godinho

Tiago Godinho: atinge as 1/2 finais dos Masters classificando-se em 4º lugar do circuito TMN

JAN./04

- **Torneio Olaias(Sén.)** – Nuno Jacinto Campeão
- **Seleções Nacionais (estágios)**
P. Martins, M. Gallo, R. Martins e B. Silva
- **Seleções Regionais(estágios)**
P. Martins, J. Zanatti, S. Bravo, M.Gallo, R. Martins, B. Silva, F. Costa, M. Leonardo e N. Jacinto.
- **Taça Davis (estágio)** – Tiago Godinho e Hugo Anão participam nos trabalhos da Seleção Nacional Taça Davis num estágio de 1 semana no Algarve.

FEV./04

- **Torneio Internacional em França**
Patricia Martins participa pela 1ª vez em Torneio Internacional "Tournoi des Mini Ladies" em Cattenon integrada na Seleção Nacional.

Actividades (cont.) Competitivas

FEV./04

- **Winter Cup – Campeonato da Europa Inverno – Equipas:** Marina Gallo, integrada na equipa Nacional de Infantis participa na Bélgica(Mons) na eliminatória da Winter-Cup
- **Torneio Abertura (Sén.)** - Manuel Leonardo vence em Monsanto, contra João Fernandes na final por 6/3 6/2.
- **Torneio CIF/REEBOK – Iniciados e Cadetes**
Ace Team com 5 atletas nas 1/2 finais
Iniciados Fem.:Patricia Martins e Joana Zanatti
Cadetes Mas.:Francisco Costa e Bruno Silva
Cadetes Fem.: Marina Gallo
Nas finais com 3 atletas: Cad.Masc.: F.Costa vence B.Silva 6/4 6/2 Cad. Fem.: Marina Gallo perde na Final com Diana Margelatu
- **Torneio Lisboa Ténis Clube – Iniciados e Infantis**
Patricia Martins vence na final Joana Zanatti por 6/1 6/2.
- **Torneio Loures Junior** – Tomás Morais vence na final Luís Ferreira 6/4 6/4.

MARÇO/04

- **Torneio da Beloura – Iniciados** Dany Sualéhé vence em pares.
- **Torneio Quinta da Marinha** Sofia Sualéhé ganha em menores de 8 anos.
- **Campeonato Regional Absoluto (Séniiores)**
Manuel Leonardo vence em Monsanto, na final, Rodrigo Brito por 6/2 6/1.
- **Torneio Lisboa Racket Centre – Iniciados** as nossas atletas Patricia Martins e Joana Zanatti encontram-se de novo na final vencendo a primeira 4/6 6/2 6/0.



Manuel Leonardo

- **II Open Juvenil - Praia D'Elrey (Infantis)**
Ricardo Martins Campeão



O nosso atleta **Peter Rodrigues** (Vice Campeão Nacional Séniores Absolutos/02) está a viver nos E.U.A. onde concilia Ténis e Estudos na Universidade de Duke. Quando regressa em férias a Portugal continua a treinar no Ace Team diariamente como aconteceu nas últimas férias de Natal.

TORNEIO SOCIAL no CLUBE de TÊNIS de ALFRAGIDE/Ace Team



Realizou-se nos dias 13 e 14 de Dezembro o Torneio Social do nosso clube que contou com larga participação. Venceu em Masculinos Fernando Baptista na final a Jorge Almeida e em Femininos a atleta do nosso clube Andreia Shirley a Ana Santos.

Inter Clubes Juvenis 2004



Campeões Regionais Lisboa - Juniores Masculinos, da esquerda para a direita, Sérgio Baptista, Manuel Leonardo, Sotero Rebelo (treinador) Nuno Jacinto, Tomás Morais e André Holstein.

O Ace Team concorreu com 4 equipas Juvenis ao Campeonato Regional de Inter-Clubes 2004: Iniciados Fem., Infantis Masc., Cadetes Masc. e Juniores Masc. A equipa de **Iniciados Femininos** sagrou-se **Vice-Campeã Regional de Lisboa**, passando à Fase Nacional. A de **Juniores Masculinos** sagrou-se **Campeã Regional de Lisboa pelo 4º ano consecutivo** e também vai disputar a fase Nacional (em Junho /04) onde vamos defender o título Nacional. As outras 2 equipas passaram a 1ª sub-fase, cada uma apenas com uma derrota, ficando ambas em 3º lugar da fase regional.



Vice Campeões Regionais Lisboa - Iniciados Femininos, da esquerda para a direita, Filipa Rente, Joana Zanatti, Patricia Martins, Marina Barata e Pedro Bivar (treinador).