



REVISTA OFICIAL DO COMITÉ PARALÍMPICO DE PORTUGAL

PARALÍMPICOS

EDIÇÃO 09 / JUL. a SET. 2021

TRIMESTRAL - DISTRIBUIÇÃO GRATUITA



#ParalimpicosPT

#ParalimpicosPT

#ParalimpicosPT

#ParalimpicosPT

#ParalimpicosPT

#ParalimpicosPT

#ParalimpicosPT

MISSÃO PORTUGUESA AOS JOGOS PARALÍMPICOS

RUMO A TÓQUIO >

O desporto pode mudar o mundo
e o nosso futuro

GRANDE ENTREVISTA >

Chefe de Missão a Tóquio
Leila Marques Mota

EM FOCO >

Apresentação de Atletas
que competem nos Jogos

OPINIÃO >

Mizael Conrado
Presidente do CPB

Logotipo dos Jogos Paralímpicos
Tóquio 2020. O padrão axadrezado
representa diferentes países, culturas
e formas de pensar e pretende
transmitir a mensagem da promoção
da diversidade como plataforma para
conectar o mundo.

© Tóquio2020



TOKYO 2020
PARALYMPIC GAMES





Mensagem do Presidente

Os Jogos da superação

Esta pandemia forçou-nos a adiar projetos, a mudar hábitos, a ficar longe de quem mais gostamos e a sacrificar aspetos determinantes da nossa vida, seja em termos individuais, ou em termos coletivos. Os Jogos Paralímpicos são exemplo dos muitos projetos adiados e seguramente é um dos que mais marca a família Paralímpica.

Todos ansiamos pelo dia 24 de agosto de 2021, ele marca o início da XVI edição dos Jogos Paralímpicos de Verão que, pese embora indelevelmente marcada pela pandemia que assola o planeta desde março de 2020, realizam-se em Tóquio com participação nacional no seio da elite mundial do desporto paralímpico. Este número da Revista Paralímpicos é totalmente dedicado à organização e constituição da Missão Paralímpica Portuguesa a Tóquio 2020, através dele pretendemos antecipar as condições mas também dar a conhecer um pouco do que perspetivamos para o período de 15 de agosto a 06 de setembro em terras nipónicas.

O desporto cria pontes entre pessoas, culturas, regiões e países, ultrapassa barreiras linguísticas, culturais, religiosas e até mesmo políticas. É um importante instrumento para a inclusão, a coesão, a tolerância. Os Jogos Paralímpicos são o palco onde tudo isto se pode observar e viver. Acredito que, apesar de todas as restrições que a pandemia ainda nos vai impor, os valores que descrevi se vão viver de novo em Tóquio.

Nesta caminhada para terras nipónicas, temos a consciência que, ao longo do ciclo, tudo fizemos para, através do programa de preparação paralímpica, criar as melhores condições a todos os agentes desportivos envolvidos neste projeto.

Não podemos deixar de sublinhar que as condições colocadas à disposição das Federações, dos treinadores e atletas registaram

significativas melhorias ao longo ciclo, facto só possível graças à alteração do paradigma político, passando a haver uma preocupação de equidade com outras dimensões desportivas. Importa, aqui, expressar o nosso agradecimento aos decisores políticos e à Administração Pública (IPDJ e INR) pela sua compreensão e decisivo contributo. Também uma palavra de agradecimento e reconhecimento a todos os patrocinadores e parceiros sem os quais a nossa vida seria mais difícil.

Refletindo o trabalho e a resiliência que as Federações desportivas colocaram ao serviço desta dimensão desportiva, em particular neste período de pandemia, os atletas que representam Portugal no segundo maior evento multidesportivo do planeta, irão, mais uma vez, prestigiar as cores nacionais. Com a sua prestação desportiva, demonstrarão não apenas a sua capacidade de superação, mas acima de tudo que são exemplo da capacidade de superação do Homem.

José Manuel Lourenço

ÍNDICE

PARALÍMPICOS NAS REDES SOCIAIS

Principais publicações
dos nossos atletas

10 15

06

RUMO A TÓQUIO

O desporto tem o poder
de mudar o mundo
e o nosso futuro

FLASH

Notícias em destaque
neste trimestre

EDITORIAL

03

09

12

16

**PARCEIROS
E PATROCINADORES**
Um percurso de campeões

OPINIÃO
Mizael Conrado
Presidente do CPB

GRANDE ENTREVISTA
Leila Marques Mota
Chefe de Missão a Tóquio 2020

24 30

TÓQUIO 2020

Os Atletas
Atletismo

TÓQUIO 2020

Os Atletas
Natação

34

A FECHAR

Óscar Hioki
Adido da Missão

26

TÓQUIO 2020

Os Atletas
Boccia

22

31

TÓQUIO 2020

Os Atletas
Canoagem e Ciclismo

TÓQUIO 2020

Aldeia Paralímpica

**CALENDÁRIO
COMPETITIVO**

29 32

TÓQUIO 2020

Os Atletas
Equestre, Judo e Badminton

**Como funciona o desporto
paralímpico?**



PARALÍMPICOS
PORTUGAL

Estatuto Editorial A Paralímpicos é a revista oficial do Comité Paralímpico de Portugal, com carácter trimestral e editada com pleno respeito pelos princípios da liberdade de expressão e de informação presentes na Constituição da República Portuguesa. A Paralímpicos é apresentada nos formatos de papel e/ou online nos canais de comunicação do Comité Paralímpico de Portugal e pauta-se pela total independência política e religiosa e por critérios jornalísticos de rigor e isenção. A Paralímpicos pretende ainda constituir-se como um portal de divulgação do movimento paralímpico e surdolímpico, contemplando todas as modalidades e valorizando os valores fundamentais do Comité Paralímpico de Portugal: Igualdade, Inclusão e Excelência Desportiva.

Diretor **José Manuel Lourenço** Diretor Adjunto **Sandro D. Araújo** Redação **Diogo Taborda** Fotografia **David Barros** Marketing e Publicidade **Catarina Grachat** Arte e Design Gráfico **Bunker Agency** Propriedade **Comité Paralímpico de Portugal** NIPC do Proprietário **507 805 259** Sede do Editor e da Redação **Rua do Sacramento, 4, R/C - 2670-372 Loures** Impressão **Onda Grafe** Morada do Impressor **Rua da Serra, n.º1 - 2660-202 St.º Antão do Tojal** Tiragem **1000 exemplares** Periodicidade **Trimestral** Depósito Legal **445904/18** Registo **ERC 127209**

Distribuição Gratuita - Venda Proibida

Todos os textos desta edição foram escritos segundo o novo Acordo Ortográfico. 2019 © Interdita a reprodução de textos e imagens por quaisquer meios.

FLASH



Portugal termina Campeonato da Europa de Atletismo com cinco medalhas

Foram cinco as medalhas conquistadas para Portugal no Campeonato da Europa de Atletismo WPA 2021 realizada na cidade polaca de Bydgoszcz de 1 a 5 de junho. A nota máxima foi para o recordista do mundo Miguel Monteiro que se sagrou campeão da Europa ao conquistar o ouro no lançamento do peso F40 logo no primeiro dia da competição com a marca de 10.92 metros.

Carina Paim esteve igualmente em destaque pela medalha de prata e consequente título de vice-campeã da Europa obtido nos 400m T20 com o tempo de 58.73 segundos ao quarto dia de provas, naquela que foi uma jornada vitoriosa

para as cores nacionais também pelas medalhas de bronze asseguradas por Lenine Cunha no salto em comprimento T20 (6.55 metros) e Sara Araújo nos 100m T12 (14.10 segundos).

Ainda no dia anterior, a 3 de junho, Mário Trindade também fez história na competição através da conquista do bronze nos 100m T52 ao percorrer a distância em 18.79 segundos.

Nota ainda para os quartos lugares obtidos por Mário Trindade nos 400m T52 (1:10.10 minutos), Sandro Baessa nos 400m T20 (49.81 segundos), Márcia Araújo nos 400m T12 (1:07.09 minutos) e Ana Filipe no salto em

comprimento T20 (5.25 metros). Hélder Mestre terminou em terceiro as provas de 200m e 100m T51 com os tempos de 46.45 e 24.03 segundos, respetivamente, mas não ganhou medalha por só existirem três atletas em competição nestas especialidades.

De recordar que Portugal participou neste Campeonato da Europa de Atletismo promovido pela World Para Athletics (WPA) com 19 atletas. O vice-presidente do Comité Paralímpico de Portugal, Carlos Lopes, foi o Team Leader da delegação nacional à competição.



Portugal volta a ser campeão do mundo de atletismo em masculinos

De 9 a 13 de junho Portugal participou em Bydgoszcz, na Polónia, no Mundial de Atletismo para atletas com deficiência intelectual onde o saldo foi de 29 medalhas, cinco das quais de ouro.

Além disso, em masculinos, Portugal recuperou o título de campeão mundial, que já fugia desde 2015, enquanto, que no setor feminino, a equipa lusa foi quarta classificada.

Lenine Cunha com sete medalhas, entre as quais três de ouro, e Ana Filipe, com três (uma de ouro), foram os atletas portugueses mais medalhados nesta competição.

O atleta paralímpico, medalha de bronze nos Jogos Londres 2012, foi distinguido com o prémio de melhor atleta masculino da competição.

Ouro para Portugal nos Campeonatos da Europa de Canoagem

Realizou-se em Poznan, na Polónia o Campeonato da Europa de Canoagem onde o grande destaque foi para Norberto Mourão que após ter garantido o segundo melhor tempo nas

eliminatórias, deu luta e veio a sagrar-se campeão da Europa na final do dia 4 de junho na prova de 200 metros VL2 e com o tempo de 53,437 segundos. Alex Santos também

participou nestes campeonatos na prova de 200 metros KL1 onde foi 5º classificado com a marca de 54,674 segundos.



FLASH



Projeto I'mPOSSIBLE arranca em Portugal

O dia 9 de junho marcou o lançamento do projeto I'mPOSSIBLE em Portugal através do seminário organizado pelo Comité Paralímpico de Portugal, Direção-Geral da Educação e parceiros na Fundação Calouste Gulbenkian. O programa já está implementado em alguns países sendo que a ação deste dia foi um passo para que no próximo ano letivo o mesmo se inicie efetivamente nas escolas. Para todos os professores interessados, os manuais de apoio que os irão guiar a

implementar esta iniciativa já se encontram disponíveis para consulta no site do Comité Paralímpico de Portugal (no separador projetos) e em português. O I'mPOSSIBLE é um programa educacional que pretende divulgar os valores paralímpicos e a visão do movimento paralímpico a jovens de todo o mundo através da educação, tendo como objetivo mudar a perceção em relação às pessoas com deficiência e contribuir para a criação de uma sociedade mais inclusiva.



Campeonatos da Europa de Paraciclismo dão seis medalhas a Portugal

Os Campeonatos da Europa de Paraciclismo decorreram na Áustria de 3 a 6 de junho e dessa competição os atletas portugueses trouxeram seis medalhas! Portugal esteve representado por quatro ciclistas que participaram tanto na prova em linha de 44,8 km como no contrarrelógio de 10,6 km. Logo no primeiro dia dos campeonatos a 3 de junho, Luís Costa (H5) ganhou a medalha de prata enquanto que Flávio Pacheco (H4) foi 8º no contrarrelógio de 10,6 km. No dia seguinte, foi a vez de Bernardo Vieira (C1) e Telmo Pinão (C2) entrarem em ação também no contrarrelógio e cada um trazer a sua medalha. Prata para Telmo que é

agora vice-campeão europeu de contrarrelógio na sua categoria, e bronze para Bernardo Vieira.

Dia 5 de junho disputou-se a prova em linha composta por 44,8 km onde Telmo Pinão (C2) e Bernardo Vieira (C1) voltaram a subir ao pódio ao ganharem respetivamente prata e bronze pela segunda vez nestes campeonatos. Finalmente a 6 de junho disputou-se a prova em linha onde Luís Costa (H5) alcançou o terceiro lugar sendo que Flávio Pacheco (H4) foi 6º na mesma competição. Terminam assim de forma muito positiva estes campeonatos para os ciclistas portugueses.

Portugal com três medalhas no Campeonato da Europa de Natação WPS Madeira 2020

Portugal terminou o Campeonato da Europa de Natação World Para Swimming Madeira 2020, realizado no Funchal de 16 a 22 de maio de 2021, com três medalhas conquistadas. O melhor resultado ficou guardado para o último dia com Susana Veiga a sagrar-se campeã da Europa

através da conquista da medalha de ouro dos 50m Livres S9 com recorde da Europa. A nadadora de 21 anos foi o destaque nacional na competição por também ter assegurado dias antes a medalha de prata nos 100m Livres S9. A terceira medalha portuguesa foi para Renata Pinto com o bronze nos

100m Bruços SB9 logo no primeiro dia de provas. Portugal termina assim a competição com três medalhas, presença em 19 finais, um recorde da Europa e 14 recordes nacionais distribuídos pelos oito nadadores lusos em prova. Nota ainda para os quartos lugares de Marco Meneses

nos 100m Costas S11, Daniel Videira nos 400m Livres S6 e Diogo Cancela nos 200m Estilos SM8. Ivo Rocha (100m Bruços SB5), David Grachat (400m Livres S9) e Diogo Cancela (100m Mariposa S8 e 100m Costas S8) ficaram em quinto lugar nestas provas.



MOVIDOS PELA ÁGUA, MOVIDOS PELO FUTURO.

O desporto promove a saúde, o bem-estar e a qualidade de vida. O Grupo AdP - Águas de Portugal integra estes valores na sua missão de prestar serviços públicos de abastecimento de água e de tratamento de águas residuais. É um compromisso que assumimos desde o início e que mantemos para com as gerações futuras.

Através do apoio ao Comité Paralímpico de Portugal ajudamos a materializar oportunidades: para que tod@s possam também cumprir os seus objetivos e ser protagonistas no nosso futuro.

O futuro move-nos.

f @adp.aguasdeportugal
www.adp.pt



Vitalis
ÁGUA MINERAL NATURAL

PARA QUEM TEM SEDE DE IR MAIS ALÉM

Junta-te a Vitalis no apoio
ao Movimento Paralímpico.





Fotografia 1 José Gameiro

Fotografia 2 João Paulo Fernandes

Fotografia 3 José Carlos Macedo

Fotografia 4 Paulo Coelho

Fotografia 5 Carlos Lopes

Um percurso de campeões

O início da história portuguesa em Jogos Paralímpicos remonta a Heidelberg 1972. Portugal dava ainda nesta fase os primeiros passos ao nível do desporto para pessoas com deficiência e foi por iniciativa do Centro de Medicina de Reabilitação de Alcoitão que o país teve a sua primeira participação paralímpica com uma equipa de Basquetebol em Cadeira de Rodas. A semente estava lançada para o glorioso percurso do desporto paralímpico em Portugal.

Desde Heidelberg 1972 foram mais nove as participações nacionais em Jogos Paralímpicos. Um total de 281 atletas portugueses envergaram as cores nacionais no maior palco planetário do desporto para pessoas com deficiência, distribuídos por 13 modalidades e conquistando um 92 pódios até ao momento. Foram 25 medalhas de ouro, 30 de prata e 37 de bronze e tantos outros momentos memoráveis para o desporto nacional que constituíram verdadeiras alegrias tanto para os protagonistas como para o povo português.

No quadro dos maiores campeões paralímpicos portugueses surgem cinco nomes destacados que merecem, pelas suas conquistas, o devido reconhecimento. Paulo Coelho e Carlos

Lopes aparecem no topo da lista com quatro medalhas de ouro conquistadas por cada um na modalidade de Atletismo, ambos em classes relativas à deficiência visual, tal como José Gameiro que assegurou ao longo da carreira três medalhas de ouro. O mesmo score de subidas ao lugar mais alto do pódio têm os atletas de Boccia João Paulo Fernandes e José Carlos Macedo, este último ainda em atividade e com presença confirmada em Tóquio 2020.

Os Jogos Paralímpicos realizados em 2021 na capital nipónica transportam a elite do desporto paralímpico português para Tóquio naquela que será mais uma página deste percurso histórico de conquistas e superação. Cada um dos atletas nacionais irá em busca do seu melhor registo pessoal com o propósito de honrar o símbolo nacional que levam ao peito. E os portugueses estarão do outro lado do mundo, como habitual, a torcer pelo seu sucesso.

RUMO A TÓQUIO 2020

“O desporto tem o poder de mudar o mundo e o nosso futuro”



A visão dos Jogos Paralímpicos Tóquio 2020 remete diretamente para o futuro e para aquele que também é um dos propósitos fundamentais do movimento paralímpico: a transformação progressiva da sociedade para patamares cada vez mais inclusivos, com igualdade de oportunidades e acessibilidades que permitam que cada um - na diversidade que enriquece a humanidade – tenha a possibilidade de procurar a sua realização pessoal e dar o seu melhor contributo para o progresso do amanhã. Assim é com Tóquio 2020, uma competição que tem na sua génese a crença de que “o desporto tem o poder de mudar o mundo e o nosso futuro” com a ambição estabelecida de deixar uma herança positiva para as gerações futuras.

É muito em torno do respeito pela diversidade e desta conexão com o amanhã que se estruturam também os conceitos-chave dos Jogos Paralímpicos Tóquio 2020. A sustentabilidade ambiental também é uma mensagem forte refletida em vários pontos da competição, desde os materiais reciclados que compõem as medalhas como a madeira utilizada na Aldeia Paralímpica e posteriormente reutilizada para outros fins, para além da natural objetivo de dotar os atletas das melhores condições para estarem ao melhor nível e alcançarem o melhor registo pessoal possível.

Quando virmos atletas portugueses em Tóquio a baterem-se com os rivais de múltiplas nações nos estádios, nos pavilhões ou nas piscinas, é essa excelência desportiva que vai sobressair e destacar-se no epicentro de todos os restantes fatores adjacentes (e alguns deles nunca antes vistos) que envolveram estes Jogos Paralímpicos. O adiamento por força da escala global de uma pandemia foi inédito e inesperado, mas os atletas superaram-se, reinventaram-se

e adaptaram-se com mérito a uma nova realidade despida de quadros competitivos e com condições de treino muitas vezes condicionadas, pelo objetivo maior de se apresentarem na melhor forma em Tóquio 2020 e incorporarem, cada um deles, a mensagem conjunta de esperança e resiliência que a competição se propõe a transmitir neste contexto.

Toda a ação dos Jogos Paralímpicos Tóquio 2020 será distribuída por 21 arenas de competição com 22 modalidades em disputa de 24 de agosto a 5 de setembro, com 4400 atletas em competição, um número recorde de participação. Serão 1782 atletas do género feminino e 2618 do género masculino num total de 539 eventos medalháveis que deixarão algumas centenas de nomes eternizados na história do movimento paralímpico. Que a magia comece!



Diogo Taborda

Someity, a mascote dos Jogos Paralímpicos. Este nome é originário da conjugação de "someiyoshino", popular flor de cerejeira japonesa, e "so mighty", expressão inglesa que significa "tão poderoso".

Portadora de uma enorme força física e mental, a Someity tem poderes fantásticos e representa a constante superação de obstáculos e redefinição de metas cada vez mais ambiciosas pelos atletas paralímpicos.





OPINIÃO

“Na quarta-parte nova os campos ara; E se mais mundo houvera lá chegara.”

Diz-se que deste específico trecho de “Os Lusíadas” Luís Vaz de Camões referia-se ao Brasil. Do lado de cá do Oceano que nos divide geograficamente, fizemos uma grande festa com a língua portuguesa, e por tal motivo algumas palavras que se seguirão neste texto estarão um pouco distintas das demais que você lerá nesta edição da Revista Paralímpicos, mas o significado e a mensagem permanecerão intactos.

O idioma que nos une é tão complexo quanto belo, que se reinventa e surpreende a todos.

A definição acima também pode ser aplicada ao movimento paralímpico. Quantos não se surpreendem com os gols da dupla Ricardinho e Jefinho no futebol de cinco quando trajam a camisa amarela da seleção brasileira em campeonatos mundiais e Jogos Paralímpicos? E o processo de reinvenção

que a nadadora campeã mundial Susana Schnarndorf teve de se submeter ao descobrir que fora acometida por uma poderosa Atrofia de Múltiplos Sistema, que a impediu de seguir carreira de triatleta olímpica?

E o campeão paralímpico Yohansson do Nascimento? Alagoano da cidade de Maceió, na Região Nordeste do Brasil, carrega no currículo três participações em Jogos Paralímpicos, seis medalhas para sua coleção pessoal e hoje ocupa o posto de vice-presidente do Comitê Paralímpico Brasileiro. Uma trajetória internacional como atleta, coincidentemente, iniciada em evento esportivo entre os países de língua portuguesa. Foi em Angola, nos Jogos da Lusofonia, em 2005: “Foi uma experiência marcante na minha vida. Pela primeira vez, eu pude compartilhar a pista de atletismo com atletas de outras nações. E que bom que era de um país de língua portuguesa e



Prêmio PARALÍMPICOS

apresentado por Loterias Caixa

todos conseguiam se comunicar muito bem”.

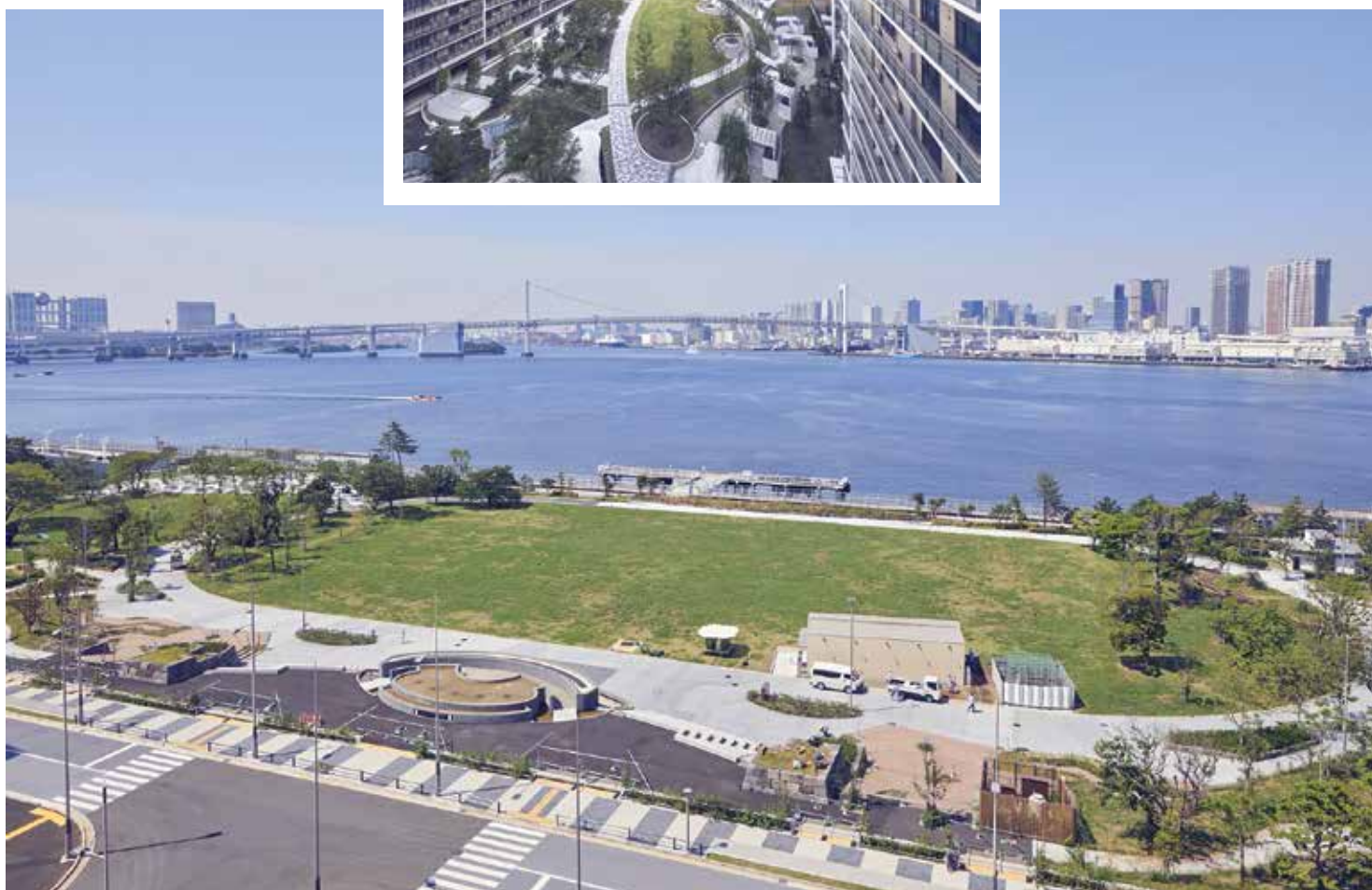
Neste contexto, temos o dever de tirar proveito das conexões para alavancarmos o desporto paralímpico nos países da lusofonia e, com isso, construirmos um mundo menos desigual e com mais e melhores oportunidades para as pessoas com deficiência. Cá, de nossa parte, estamos sempre prontos a contribuir com os irmãos lusófonos. Não faz muito tempo, em 2018, atletas e treinadores brasileiros estiveram em Luanda, capital de Angola, para uma série de workshops para um grupo de 53 pessoas, entre atletas e treinadores de Angola, Cabo Verde, Moçambique, São Tomé e Príncipe e Guiné Bissau.

O Comitê Português também foi vanguardista ao promover no mesmo ano de 2018, na cidade de Braga, a fundação da Associação de Comitês Paralímpicos Nacionais de Língua Portuguesa, com amplo e total apoio do Brasil.

Nós, brasileiros e portugueses, cujas entidades encontram-se em estágios administrativo e organizacional diferente dos demais irmãos da lusofonia, nunca nos furtamos em ofertar os subsídios que estiveram ao nosso alcance para que todos sigamos em evolução.

O que nos dá a certeza de rumarmos pela trilha do sucesso é o fato de estarmos cercados de lideranças regionais capazes de fazer a roda do desenvolvimento girar. Em Portugal, o CPP tem o comando do incansável José Manuel Lourenço, com seu altruísmo e capacidade organizacional, e na África, a comunidade lusófona conta com os préstimos da mente brilhante de Leonel Rocha Pinto, presidente do Comitê Paralímpico Africano. Ambos grandes amigos do Brasil e dos demais países de língua portuguesa, com quem trabalhamos em sinergia nos processos decisórios nas reuniões e assembleias do IPC (Comitê Paralímpico Internacional) para avançarmos sempre coadunados.

Para finalizar, e trazer de volta Camões a este espaço, quero lembrar da coincidência de que o poeta era cego, desde que perdeu um olho em batalha no norte da África. Que todo o furor que aquele específico trecho lá no começo deste texto sirva como inspiração para que nós, irmãos ligados pelo esporte e por este belíssimo idioma, possamos ir tão longe quanto pudermos juntos, sempre: “Se mais mundo houvera, lá chegara”.



PARALÍMPICOS NAS REDES SOCIAIS

Agradecer as mensagens que nos chegaram e a todos aqueles que tornaram possível esta conquista. Continuaremos a trabalhar mais para obter resultados ainda melhores no futuro. (Sobre a vitória no Campeonato da Europa na Polónia onde foi vencedor em F40).

Miguel Monteiro

[instagram.com/miguel23monteiro](https://www.instagram.com/miguel23monteiro)



Num ano muito difícil para todos ficou demonstrado que em ano de jogos a competição está ao melhor nível levando à superação constante para podermos estar entre os melhores. Isto é demonstrado nos vários recordes nacionais (RN) batidos e naqueles que acredito ainda irão cair.

Daniel Videira

[instagram.com/d.videira92](https://www.instagram.com/d.videira92)



Contrarrelógio no Campeonato Nacional.

Telmo Pinão

[instagram.com/telmopiniao](https://www.instagram.com/telmopiniao)



As sensações antes de cada corrida são horríveis, todos os nervos, todos os "arrependimentos"... mas admito que já tenho uma saudadezinha de voltar a competir.

Carina Paim

[instagram.com/carinapaim99](https://www.instagram.com/carinapaim99)

Regresso aos treinos na melhor companhia, com o treinador.

Norberto Mourão

[instagram.com/norberto_mourao](https://www.instagram.com/norberto_mourao)



Tóquio à vista. Oficialmente convocada para os Jogos Paralímpicos Tóquio 2020!!

Que privilégio, que orgulho, que satisfação ver 5 anos de investimento da minha vida num sonho tornado realidade.

Carla Oliveira

[instagram.com/carlasoliveira_](https://www.instagram.com/carlasoliveira_)



GRANDE ENTREVISTA

“Queremos que os atletas continuem a sonhar”

Leila Marques Mota, Chefe de Missão a Tóquio 2020

Acredita que os Jogos Paralímpicos de Tóquio 2020 serão um marco importante da história mundial e garante que os atletas portugueses estarão à altura dos desafios. Afirmar que todos terão a “responsabilidade de levar Portugal ao peito” e, face às restrições impostas pela pandemia, centra o foco na competição por ser esse o momento-chave de cada atleta. Expectativas, ambições e características da Missão Portuguesa aos Jogos Paralímpicos pela Chefe de Missão a Tóquio 2020, Leila Marques Mota.



A 23 de fevereiro de 2019 foi anunciado pelo Comité Paralímpico de Portugal que a Leila seria a Chefe de Missão aos Jogos Paralímpicos Tóquio 2020. Como caracteriza toda esta viagem até chegarmos aqui, tão perto de Tóquio 2020?

Eu diria que esta viagem desde que fui anunciada como Chefe de Missão teve duas fases distintas. Uma da certeza que após assumir as funções teria a grande responsabilidade de conduzir a Missão até Tóquio, outra da grande incerteza com o despoletar da pandemia e a dúvida se haveria ou não Jogos, se seriam adiados e de que forma é que aconteceriam os Jogos no caso de se confirmarem. Tudo isto até início de

janeiro onde, de forma mais clara, começámos novamente a ter boas perspetivas no que diz respeito à realização dos Jogos.

Como reagiu a comunidade paralímpica nacional, em especial os atletas e treinadores, a esta notícia?

Para uns foi o adiar de um sonho, foi ter a certeza que vão chegar aos Jogos um ano mais velhos, foi, com certeza, verificar que a sua preparação iria ser prejudicada tendo em conta o que se estava a perspetivar, como seja a falta de competições ou treinarem com algumas limitações, enfim



uma nova realidade, uma nova aprendizagem. Diria que para outro grupo, mais pequeno com certeza, foi uma nova esperança que se abriu no sentido de ainda se qualificarem para os Jogos Paralímpicos. Penso que quer as federações quer os treinadores tiveram aqui um papel muito importante no sentido de encontrarem soluções para manterem os atletas com motivação, interessados no treino e no planeamento que necessariamente foi redefinido.

Quais foram os objetivos centrais da Chefia de Missão desde o primeiro momento?

O grande objetivo sempre foi criar as condições necessárias para os que atletas pudessem chegar a Tóquio de forma a não se terem que preocupar com nada, nem eles nem as suas equipas técnicas, no que diz respeito a viagens, a logística, a instalações, a equipamentos que se adequassem ao clima que vamos viver em Tóquio, entre outros fatores. Essa foi a grande preocupação da Chefia de Missão, que os atletas estivessem dotados das condições ideais para realizarem a sua preparação desportiva da melhor forma para os Jogos Paralímpicos Tóquio 2020.

Estamos agora a menos de dois meses do início dos Jogos Paralímpicos de Tóquio 2020. Sente que mesmo perante todas estas dificuldades já mencionadas os atletas continuam motivados e concentrados neste objetivo?

Com muitas dificuldades, mas sim, os 43 atletas que neste momento temos no Programa de Preparação Paralímpica mantêm a esperança de ir aos Jogos, e é para isso que continuam a treinar. Umas modalidades com mais dificuldade que outras, nomeadamente as modalidades de pavilhão como é o caso do Boccia, que têm a vida muito dificultada, mas têm tentado todos os dias inventar planos para manter a atividade.

O adiamento dos Jogos trouxe naturalmente novas preocupações e novos desafios. Quais foram os aspetos mais difíceis de lidar relacionados com esta inédita circunstância?

Tem sido ainda difícil, na verdade. Temos assistido ainda a muito incerteza por parte de Tóquio 2020, há ainda muitos protocolos por fechar, muitas situações que ainda não temos a definição clara daquilo que vai acontecer. Tem sido difícil gerir esta incerteza, mas sobretudo o que temos procurado fazer foi, desde o adiamento dos Jogos, estabelecer vários cenários. Perante os vários cenários, à medida que a pandemia foi evoluindo e fomos recebendo informação de Tóquio, fomos fechando os cenários que seriam ou não viáveis. A partir de janeiro conseguimos definir um plano mais certo

onde percebemos claramente que a fadiga psicológica dos atletas nesse último ano seria um fator muito importante a ter em conta. Os atletas foram muito resilientes durante todo este processo mas é certo que ficaram desgastados com ele. O bem-estar psicológico dos atletas, para além do bem-estar físico, é muito importante, e daí terem sido revistas algumas datas para acautelarmos esta questão.

A gestão de expectativas terá sido um ponto sensível para os atletas?

É muito difícil quando todo o seu programa para o ciclo paralímpico que está definido desde há quatro anos - com todos os macrociclos, mesociclos e microciclos naturalmente definidos ao pormenor sobretudo no último ano, no ano de Jogos - tem que ser sujeito a uma revisão total. Acredito que para as equipas técnicas tenha sido difícil gerir todo este enquadramento de acordo com as informações que iam obtendo. Mas estamos cientes da qualidade dos nossos atletas, acreditamos na qualidade do trabalho que é feito pelas equipas técnicas juntamente com as federações, e portanto estamos convictos que mesmo perante todas as adversidades que os atletas enfrentaram eles vão chegar bem a Tóquio. Conseguimos relativamente cedo que os nossos atletas retomassem a prática desportiva comparativamente, por exemplo, com alguns outros países da Europa e a partir do momento em que eles puderam retomar os treinos nos seus locais habituais ou com algum ajuste que tenha sido necessário, verificámos também que a sua motivação se mantinha inalterada, igual ao dia em que fui anunciada como Chefe de Missão. Temos atletas que envelheceram ao longo do ano, temos atletas que se superaram ainda mais, mas o importante é que estes serão os primeiros Jogos em que é muito difícil fazer uma previsão de resultados, ainda mais do que o habitual, porque algo em que a pandemia comprovou ter um grande impacto foi na preparação dos atletas. Viveram-se realidades diferentes pelo mundo inteiro e as competições internacionais que tivemos já oportunidade de assistir permitiram-nos perceber o que foi feito por alguns atletas rivais dos nossos. Por outro lado há muito em aberto, diria que este ano de 2021 será ainda mais imprevisível. Este ano depois de todos eles treinarem afincadamente e quererem muito lá chegar, também vai ser um fator decisivo quem resistiu mais às adversidades e quem vai querer mais estar lá em cima do pódio e alcançar bons resultados.

É um facto que a organização sempre demonstrou confiança na realização dos Jogos em 2021. Ainda antes da pandemia,

GRANDE ENTREVISTA



a Chefia de Missão teve a oportunidade de se deslocar a Tóquio para conhecer algumas das instalações desportivas e também auscultar o estado geral dos preparativos para os Jogos. Qual foi a impressão que obteve destas visitas?

Quando eu e o Diretor Executivo da Missão, o Luís Figueiredo, que tem sido uma peça fundamental em todo este processo, nos deslocámos a Tóquio em setembro de 2019 ficámos com a sensação clara de que estes seriam claramente os melhores Jogos de sempre. Nessa visita percebemos claramente que iam ser uns Jogos de excelência. A um ano da competição as instalações desportivas estavam todas prontas e partilho, por curiosidade, um comentário da Chefe de Missão da Grã-Bretanha, que é Chefe de Missão há largos anos, que enquanto visitávamos a Aldeia Paralímpica confidenciou o seguinte: “Estamos a ver a Aldeia Paralímpica nesta fase praticamente terminada a um ano dos Jogos. No Rio de Janeiro este era o estado a uma semana da competição começar”. Vemos assim o nível de preparação dos japoneses para receber estes Jogos. Com todas as circunstâncias que surgiram entretanto não poderei dizer que estes serão os melhores Jogos de sempre, estamos numa perspetiva totalmente diferente. O que nos preocupa mais são, para além das condições técnicas para os atletas competirem, as questões de saúde e de segurança em termos de pandemia, que acreditamos estarem a ser devidamente acauteladas pela organização.

“Ficámos com a sensação de que estes seriam os melhores Jogos de sempre”

Nessa visita houve também a oportunidade de visitar Fujisawa...

É verdade. Na visita que fizemos ao Japão tivemos também oportunidade de visitar Fujisawa, a cidade que vai acolher o estágio de aclimação da Missão Paralímpica, e percebemos que para além da oportunidade de termos umas instalações desportivas que estavam prontas a estreitar pelos nossos atletas, tínhamos toda uma cidade muito entusiasmada com a chegada dos mesmos. Acredito que após largas horas de viagem será praticamente como chegar a casa novamente. Vamos continuar a ter o estágio e esse é um ponto que mantemos a nosso favor, algumas das cidades que iam acolher estágios das equipas cancelaram, nós temos a felicidade de manter o nosso e isso é uma peça fundamental. Há três anos quando foi contratualizado o estágio era importante salvaguardar esse aspeto pela questão da aclimação, mas mais importante se torna agora com a mudança do período

de permanência na Aldeia Paralímpica, em que os atletas apenas podem chegar à Aldeia sete dias antes do início da competição, o que impossibilitaria que alguns deles não tivessem condições para fazer a aclimação correta ao clima a que vamos estar sujeitos. O facto de termos Fujisawa é uma mais-valia também em termos de segurança para os nossos atletas quando chegarem estarem resguardados e poderem treinar de forma confinada até poderem transitar para a Aldeia e começarem a treinar e a competir nas instalações oficiais.

Todos os pormenores foram acautelados neste estágio, incluindo a alimentação...

A alimentação é um dos pontos fundamentais neste estágio. Os atletas inicialmente iam estar 15 dias em Fujisawa, agora vão estar menos tempo pela questão da fadiga psicológica que falávamos e que nos fez reduzir ao mínimo o período de aclimação que precisávamos. Era então fundamental que eles se continuassem a identificar com aquilo que comem em casa e que se mantivessem nutridos face ao esforço físico a que estão sujeitos. Por outro lado, teremos ao nosso dispor instalações ótimas, tanto desportivas como residenciais. Fujisawa é de resto uma cidade exemplar nestas questões por pretender ser uma cidade totalmente acessível, e este centro de estágio é demonstrativo disso mesmo até por incluir de raiz um campo de boccia e outro de goalball.

O município de Fujisawa terá superado as expectativas no entusiasmo que tem revelado em torno da ida de Portugal?

Superou em muito. É sabida a estreita ligação entre Portugal e o Japão há muitos anos, mas a mim surpreendeu-me muito. Fujisawa e Kanagawa estiveram sempre totalmente disponíveis, foram sempre muito calorosos na receção, e quando lá estivemos os voluntários estiveram sempre muito disponíveis para ajudar no que fosse preciso. A nossa retribuição não decorrerá como queríamos, da forma alargada que estava prevista com troca experiências entre treinadores portugueses e japoneses, por exemplo, isso não será possível, mas pelo menos mostraremos o nosso respeito e a nossa gratidão pela forma como nos receberam e nos vão receber brevemente.

“A competição é a chave dos eventos e tudo o resto é acessório”

Nestes derradeiros meses antes dos Jogos o CPP desenvolveu várias iniciativas complementares de formação e informação



para os nossos atletas e restantes elementos que compõem a Missão. O que foi feito concretamente a este nível?

Achamos que realmente seria importante os nossos atletas receberem formação para que se sintam da forma mais tranquila e segura possível em Tóquio. Uma das questões fundamentais foi capacitá-los de todas as medidas constantes no Playbook que eles têm que cumprir para garantir que estão aptos a competir e não são excluídos de competição. Esse é um dos pontos fundamentais onde a equipa clínica e o nosso oficial Covid têm um papel fundamental no ensino dessas medidas e no relembrar constante das mesmas. Entendemos também que seria fundamental manter sempre presentes as questões antidopagem. É certo que acreditamos nos nossos atletas mas às vezes por esquecimento ou erro nos procedimentos a adotar poderíamos incorrer em alguma situação que poderia levar a sermos penalizados, pelo que gostamos de relembrar com regularidade estas questões. Por outro lado, o contacto com a imprensa é fundamental, ainda mais neste ano em que as próprias abordagens da imprensa sofrerão alterações. O contacto físico será mais reduzido mas as mensagens certas têm que continuar a passar e haverá espaço para novos formatos de entrevistas como por videoconferência. Entendemos que era importante treiná-los nesse sentido para que saibam como responder de uma forma confortável e estejam preparados para esses momentos que também por vezes acabam por acrescentar alguma ansiedade à preparação nos Jogos.

Podemos afirmar que quando voarem para Tóquio os atletas estarão dotados das condições ideais para terem o seu melhor desempenho desportivo possível?

Estarão certamente capacitados em todos os sentidos para terem uma boa prestação em Tóquio. Chegarão lá bem fisicamente, bem psicologicamente, e com o apoio das equipas técnicas, da chefia de missão e de todos elementos do Comité Paralímpico, da equipa desportiva do CPP que tem sido incansável, vamos obter uma boas prestações por parte de todos eles. Se eventualmente surgir algum resultado menos favorável, iremos analisar a situação e perceber se foi consequência da pandemia ou de qualquer outro fator que possa ser corrigido no futuro.

Enquanto Chefe de Missão teve oportunidade de acompanhar várias competições nacionais e internacionais dos nossos atletas. Como avalia a condição física e especialmente anímica dos atletas que vão representar Portugal em Tóquio? Tive a oportunidade de acompanhar os atletas em fases

importantes que precederam os Jogos. Momentos de aferição dos resultados desportivos, momentos de qualificação onde internamente se disputaram vagas, e o que percebi é que os atletas estão muito centrados naquilo que estão a fazer. Eles preparam todos os pormenores das competições. Mesmo com as restrições de circulação impostas, os atletas percebem que a competição é a chave dos eventos e que tudo o resto é acessório e que, se não é possível, tem que ser ultrapassado. Eles estão bem, obtiveram bons resultados e boas marcas, e dão-nos boas perspectivas para os Jogos. Tiveram uma fase difícil após os grandes eventos como os Campeonatos da Europa que decorreram, voltaram a ter um período de preparação mais geral para se seguir um período de choque para melhoria da performance no futuro, tudo para conquistarem o ambicionado pico de forma em Tóquio.

“Atletas têm a responsabilidade de levar Portugal ao peito”

Sabemos que o histórico de Portugal em Jogos Paralímpicos é notável, o que pode aumentar a exigência da opinião pública quanto à eterna questão das medalhas. Em termos de resultados, a que objetivos desportivos se propõe a Missão Portuguesa a Tóquio?

É prematuro falarmos nessa questão. No contrato-programa estão contratualizados alguns resultados e tentaremos alcançá-los, mas é muito difícil prever nesta fase. As circunstâncias de preparação para estes Jogos foram totalmente diferentes do que alguma vez aconteceu e portanto o que queremos para estes Jogos é que os atletas cumpram as suas melhores marcas pessoais, batam recordes pessoais, atinjam finais e continuem a sonhar. Os Jogos são isso mesmo, fazem parte do sonho de todos os atletas e o importante é que as condições estejam criadas e que quando lá chegarem façam, o seu melhor.

Qual considera ser o caminho para incrementar o conhecimento público sobre o desporto para pessoas com deficiência em Portugal?

A comunicação é um elemento determinante, é através dela que podemos fazer chegar a mais pessoas os nossos objetivos e as vantagens da prática desportiva. Penso que ao longo deste mandato temos trabalhado muito nesta área no sentido de comunicar mais e de melhorar a forma como comunicamos, mas este não pode ser um trabalho apenas nosso. Temos que encontrar outros parceiros que também comuniquem e esses parceiros que eu identifico como fundamentais são



as federações, as associações nacionais de desporto para pessoas com deficiência, toda a comunidade da família paralímpica, as autarquias, as empresas, as instituições de reabilitação, etc. Se todos derem a conhecer as vantagens da prática desportiva por pessoas com deficiência, se ao nível local, no núcleo familiar, nos vizinhos e na freguesia a mensagem for divulgada, ela certamente chegará mais longe. Neste aspeto os nossos parceiros e patrocinadores são determinantes e têm tido um papel insubstituível, é com eles e com o apoio que nos dão que a nossa vida fica mais facilitada no sentido de criarmos as melhores condições possíveis para o desenvolvimento do desporto para pessoas com deficiência em Portugal.

E que regressem com o sentimento de dever cumprido...

Vão voltar, com certeza, com o sentimento de dever cumprido porque todos têm a responsabilidade de levar Portugal ao peito e, portanto, sentem a responsabilidade de todos os portugueses no momento em que entram em competição. Se há pouco falávamos das inúmeras medalhas que trouxemos no passado, e ainda bem que assim foi, assistimos também a um crescimento muito grande do movimento paralímpico, assistimos a resultados e marcas extraordinárias, e portanto nós trabalhamos para continuar a obter bons resultados em panoramas cada vez mais difíceis, com maior adversidade e deveremos ter também isso em consideração. Mas os nossos atletas são capazes e irão lutar por bons resultados.

Como caracteriza este grupo que vai a Tóquio?

Temos um bom lote de atletas que acumulam já bastante experiência competitiva e isso é bom, traz-nos sabedoria e tranquilidade no momento da competição. Depois temos atletas que começaram o seu percurso recentemente e que precisam dessa tal calma e sabedoria dos colegas de missão. No conjunto todos eles se complementam em termos de contribuição para o bem-estar da Missão e portanto a partilha de experiências, embora condicionada até mesmo dentro da Missão, será enriquecedora. Será esta mistura de perfis que no final trará mais-valias a todos eles.

Como é que esta viagem vai acontecer em termos de datas?

A viagem já começou há muito tempo para os atletas e equipas técnicas que muito anseiam por este momento. Dia 12 de agosto será a concentração da Missão, nesse dia os atletas que fazem parte vão pela primeira vez ter um contacto mais formal no que diz respeito aos protocolos da Missão. Teremos também nesse dia a apresentação de cumprimentos às três

figuras de Estado. No dia 14 partiremos então para Fujisawa onde permaneceremos de forma faseada dependendo do calendário competitivo da cada modalidade, até podermos transitar para a Aldeia Paralímpica no centro de Tóquio. Em relação à concentração da Missão temos um período antecedente de testagem no que diz respeito à Covid-19, mas não queremos de todo que esse período seja o marcante para os atletas. O marcante será realmente realmente o dia 1 da Missão que será no dia 12 onde nos poderemos reunir, festejar aqueles que lá estão mas também prestar o nosso respeito aos atletas que apesar de terem uma marca de qualificação, devido ao número restrito de quotas que temos no país, não foram convocados. Será também momento para agradecer o seu esforço e fazê-los perceber que continuam a ter um papel importante no movimento paralímpico em Portugal.

Sabemos que a Leila tem experiência enquanto nadadora paralímpica. Que conselhos pode dar aos atletas portugueses que estarão em Tóquio?

Que não se deixem afundar - no caso que era o meu da natação - pelo peso da responsabilidade. A responsabilidade é muito grande mas eles para lá estarem é porque merecem. Pensem em todo o trabalho que fizeram, todo o esforço que empenharam até com algum prejuízo da vida profissional, académica e pessoal. Que possam desfrutar do momento e que possam competir de forma tranquila, sabendo que trabalharam para lá estar e que no momento irá sair o resultado.

E aos portugueses, que mensagem pode transmitir?

Que são fundamentais. Os nossos atletas precisam de apoio, ainda mais nuns Jogos apenas com público japonês e com as instalações mais despidas, o que acaba por alterar as vivências dos Jogos Paralímpicos. Tenho pena que os atletas desta Missão não entrem num estádio repleto de espectadores como eu tive a felicidade de presenciar nas quatro edições de Jogos em que participei. Os portugueses vão ter um papel ainda mais importante no sentido de apoiarem os nossos atletas e fazer chegar as mensagens de incentivo. A Chefia de Missão estará empenhada em afixar as mensagens de apoio e de incentivo em locais visíveis para os nossos atletas para que eles saibam que os portugueses estão a acompanhar os seus feitos e que quando chegarem serão bem recebidos em Portugal.



“Tóquio 2020 constitui um marco importante na história a nível mundial”

Estes Jogos serão realizados em circunstâncias muito específicas devido a todos os constrangimentos provocados pela pandemia. Uma das consequências diretas é o sistema de bolha em que vai ser realizada a competição. Em que consiste?

É simples: não podemos sair das instalações oficiais dos Jogos. Apenas poderemos circular entre o campo de treinos oficiais em Fujisawa, a Aldeia Paralímpica, transportes oficiais de Tóquio 2020 e as instalações de treino ou de competição. Tudo o que esteja fora destes limites estará totalmente fora do nosso alcance. Uma das preocupações da organização é trazer para dentro da Aldeia Paralímpica a vivência cultural do Japão. Teremos uma Aldeia muito mais caracterizada no que diz respeito à cultura, o que será bom para os atletas. Mas estaremos muito condicionados, não haverá lugar a passeios ou compras no exterior, mas isso não é entrave para os atletas e não os deixa mais ansiosos ou perturbados. Eles estão concentrados na competição e tudo o resto é acessório.

A prioridade da organização tem sido sempre a realização de uns Jogos seguros para todos os intervenientes. Como vão funcionar os mecanismos de testagem?

A partir do momento em que chegamos ao aeroporto de Haneda, somos testados e entramos na bolha. A partir daí teremos testagens regulares, atletas e todos os que com eles contactem diretamente serão testados diariamente, com a vantagem de o Japão já aceitar testes de saliva.

Considera que com todas estas limitações o espírito olímpico e paralímpico sairá ferido? Que consequências pode isto trazer?

Serão certamente Jogos diferentes. Há quem diga que serão Jogos sem importância por não terem público, eu vejo o contrário. Acredito que Tóquio 2020 constitui um marco importante da nossa história a nível mundial, que mostram a resiliência do ser humano e a capacidade extraordinária do comité organizador de, mesmo perante o caos no mundo, conseguir levar a cabo uns Jogos de forma segura. Será uma vivência diferente que terá impacto nos atletas, mas eles vão conseguir desfrutar de todos os momentos-chave tal como aconteceria em circunstâncias normais. Na altura em que competimos, falo pela minha experiência passada, o mundo fica em silêncio. Estamos tão concentrados na piscina, na pista ou no campo, que a experiência da competição sai

inalterada. Por outro lado, nos períodos que seriam encarados como festa haverá alguma tristeza por o estádio não estar repleto, mas por outro lado continuaremos a ter o momento do acender da tocha paralímpica, e esse momento marcante ficará guardado para sempre nos atletas, tal como outros momentos de competição e de partilha com adversários e colegas de Missão.

A mensagem da excelência desportiva será mantida?

Certamente. Nos anos tão difíceis de 2020 e 2021, quem melhor que os nossos atletas para personificar a adaptação e a superação de obstáculos? Os nossos atletas já estão habituados a isso pelas suas histórias de vida, este será apenas mais um obstáculo. Estou certa que teremos prestações extraordinárias e a excelência desportiva vai passar para os espectadores do todo o mundo.

Como imagina ou perspectiva o regresso da missão portuguesa a Lisboa no dia 7 de setembro?

Cansados, certamente, com poucas horas de sono. Pela primeira vez a Missão Paralímpica não regressa de forma conjunta e isso é um dado que nos causa algum transtorno. Sempre nos pautamos pela partilha conjunta dos resultados no regresso a Portugal, mas este ano não será possível porque os atletas têm que abandonar a Aldeia Paralímpica até 48 horas após o término da competição e portanto a chegada será faseada. Teremos ainda assim um lote maior de atletas a chegar no dia 7 de setembro, onde poderão reencontrar família e amigos após tanto tempo longe de casa. Acreditamos também numa boa receção do público português caso as regras sanitárias o permitam, queremos cativar os fãs portugueses ao longo deste percurso e em torno do movimento paralímpico. Será certamente um momento emotivo.

★ Cerimónia de abertura
e encerramento dos Jogos

● Provas de eliminatórias

○ Provas medalháveis

		Cerimónia de Abertura e Encerramento	Atletismo	Badminton	Boccia	Canoagem	Ciclismo de Estrada	Equestre	Judo	Natação
AGOSTO	24	★								
	25									○
	26						○			○
	27		○				○	○		○
	28		○		●		○	○		○
	29		○		●		○	○		○
	30		○		●		○			○
	31		○		●	○				○
SETEMBRO	01		○	●	○		○			○
	02		○	●	●	●	○			○
	03		○	●	●	○	○			○
	04		○	○	○	○				
	05	★	○	○						



Jorge Furtado



Jorge Furtado

ARENA DE COMPETIÇÃO
ESTÁDIO NACIONAL DE TÓQUIO

CALENDÁRIO
27 AGOSTO A 5 SETEMBRO

ANA FILIPE

CARINA PAIM

CLÁUDIA SANTOS

Data Nascimento	28/08/1999
Naturalidade	Angra do Heroísmo
Classe	T20
Prova	Salto em Comprimento
Treinador	Ana Paula Costa
Clube	Associação Cristã da Mocidade
Tempo de Competição	N/A
Participações em Jogos	Rio 2016

Data Nascimento	03/05/1999
Naturalidade	Lagos
Classe	T20
Prova	400 metros
Treinador	Anabela Leite
Clube	Sporting Clube de Portugal
Parceiro de Competição	N/A
Participações em Jogos	Rio 2016

Data Nascimento	13/01/1989
Naturalidade	Porto
Classe	T20
Prova	Salto em Comprimento
Treinador	Mário Anibal
Clube	Joma Monte Abraão
Parceiro de Competição	N/A
Participações em Jogos	Estreia

ATLETISMO

[illegible]**CALENDÁRIO**
27 AGOSTO A 5 SETEMBRO

CRISTIANO PEREIRA

ARENA DE COMPETIÇÃO
ESTÁDIO NACIONAL DE TÓQUIO

HÉLDER MESTRE

Data Nascimento	22/05/1996
Naturalidade	Nelas
Classe	T20
Prova	1500 metros
Treinador	João Mendes
Clube	Casa do Povo de Mangualde
Parceiro de Competição	N/A
Participações em Jogos	Rio 2016

Data Nascimento	04/01/1967
Naturalidade	Lisboa
Classe	T51
Prova	100 e 200 metros
Treinador	Ricardo Mestre
Clube	Individual
Parceiro de Competição	N/A
Participações em Jogos	Rio 2016

ATLETISMO

[illegible]

JOÃO CORREIA

M^a ODETE FIÚZA

MIGUEL MONTEIRO



ATLETISMO

[illegible]

MANUEL MENDES

A portrait of a middle-aged man with grey hair, smiling. He is wearing a white zip-up jacket with green sleeves and a red collar. The jacket features a red logo on the left chest and a crest on the right chest. The background is a pattern of concentric white circles on a grey background.

SANDRO BAESSA

ATLETISMO

[illegible]

ARENA DE COMPETIÇÃO
CENTRO GÍMNICO DE ARIAKE

CALENDÁRIO
28 DE AGOSTO A 4 DE SETEMBRO

ABÍLIO VALENTE

ANA SOFIA COSTA

ANDRÉ RAMOS

Data Nascimento 19/08/1981
Naturalidade Oliveira de Azemeis
Classe BC2
Prova Individual BC2 e Equipas BC1/BC2
Treinador Ricardo Neves
Clube Associação do Porto de Paralisia Cerebral
Parceiro de Competição N/A
Participações em Jogos Londres 2012 e Rio 2016

Data Nascimento 16/12/1995
Naturalidade Porto
Classe BC3
Prova Individual BC3 e Pares BC3
Treinador Luis Ferreira
Clube Centro João Paulo II
Parceiro de Competição Celina Lourenço
Participações em Jogos Estreia

Data Nascimento 22/02/1996
Naturalidade Setúbal
Classe BC1
Prova Individual BC1 e Equipas BC1/BC2
Treinador Luis Ferreira
Clube Associação de Paralisia Cerebral Almada Seixal
Parceiro de Competição José Patrício
Participações em Jogos Estreia

BOCCIA



CALENDÁRIO
28 DE AGOSTO A 4 DE SETEMBRO

ARENA DE COMPETIÇÃO
CENTRO GÍMNICO DE ARIAKE

AVELINO ANDRADE

CARLA OLIVEIRA

Data Nascimento 04/10/1980
Naturalidade Porto
Classe BC3
Prova Individual BC3 e Pares BC3
Treinador Ricardo Neves
Clube Associação do Porto de Paralisia Cerebral
Parceiro de Competição Jorge Cardoso
Participações em Jogos Estreia

Data Nascimento 20/12/1988
Naturalidade Vila Nova de Gaia
Classe BC4
Prova Individual BC4 e Pares BC4
Treinador Luis Ferreira
Clube Futebol Clube do Porto
Parceiro de Competição N/A
Participações em Jogos Rio 2016

BOCCIA



[illegible]

ARENA DE COMPETIÇÃO
PISTA DE CANOAGEM SEA FOREST

CALENDÁRIO
2 A 4 DE SETEMBRO

ALEX SANTOS

Data Nascimento	29/11/1981
Naturalidade	Brasil
Classe	KL1
Prova	200 metros
Treinador	Nuno Henriques
Clube	Individual
Parceiro de Competição	N/A
Participações em Jogos	Estreia



CANOAGEM



NORBERTO MOURÃO

Data Nascimento	29/10/1980
Naturalidade	Vila Real
Classe	VL2
Prova	200 metros
Treinador	Ivo Quendera
Clube	Individual
Parceiro de Competição	N/A
Participações em Jogos	Estreia

**CALENDÁRIO**
31 DE AGOSTO A 3 DE SETEMBRO

LUIS COSTA

Data Nascimento	10/06/1973
Naturalidade	Castro Verde
Classe	H5
Prova	Contrarrelógio e Prova em Linha
Treinador	José Marques
Clube	Individual
Parceiro de Competição	N/A
Participações em Jogos	Rio 2016



ARENA DE COMPETIÇÃO
PISTA INTERNACIONAL DE FUJI

TELMO PINÃO

Data Nascimento	05/11/1979
Naturalidade	Coimbra
Classe	C2
Prova	Contrarrelógio e Prova em Linha
Treinador	José Marques
Clube	Fullracing - Efapel Cycling Team
Parceiro de Competição	N/A
Participações em Jogos	Rio 2016



CICLISMO

[illegible][illegible]

CALENDÁRIO
26 A 30 DE AGOSTO

ANA MOTA VEIGA

Data Nascimento	28/01/1974
Naturalidade	Lisboa
Classe	Grau I
Prova	Individual Grade I + Freestyle
Treinador	Francisco Cancela de Abreu
Clube	Centro Hípico Costa da Beloura
Parceiro de Competição	N/A
Participações em Jogos	Rio 2016



BADMINTON

EQUESTRE

DJIBRILO IAFA

Data Nascimento	12/06/1992
Naturalidade	Guiné-Bissau
Classe	B1
Prova	-73kg
Treinador	Jerônimo Ferreira
Clube	Clube Judo Total
Parceiro de Competição	N/A
Participações em Jogos	Estreia

JUDO



CALENDÁRIO
25 DE AGOSTO A 3 DE SETEMBRO

DANIEL VIDEIRA

Data Nascimento	27/01/1992
Naturalidade	Lisboa
Classe	S6 / SB5 / SM6
Prova	400Livres e 100 Costas
Treinador	Carlos Mota
Clube	GesLours
Parceiro de Competição	N/A
Participações em Jogos	Estreia

DAVID GRACHAT

Data Nascimento	21/01/1987
Naturalidade	Loures
Classe	S9 / SB9 / SM9
Prova	400 Livres
Treinador	Carlos Mota
Clube	GesLoures
Parceiro de Competição	N/A
Participações em Jogos	Pequim 2008, Londres 2012 e Rio 2016

DIOGO CANCELA

Data Nascimento	21/07/2002
Naturalidade	Coimbra
Classe	S8/SB8/SM8
Prova	100 Mariposa, 100 Bruços, 100 Costas e 200 Estilos
Treinador	Hélder Lopes
Clube	Clube Náutico de Miranda do Corvo
Parceiro de Competição	N/A
Participações em Jogos	Estreia



NATAÇÃO

[illegible]**CALENDÁRIO**
25 DE AGOSTO A 3 DE SETEMBRO

MARCO MENEZES

Data Nascimento	15/03/2001	
Naturalidade	Castro Daire	
Classe	S11	
Prova	100 Costas, 100 Mariposa, 200 Estilos, 400 Livres e 50 Livres	
Treinador	Armando Costa	
Clube	O Crasto	
Parceiro de Competição	Armando Costa	
Participações em Jogos	Estreia	

ARENA DE COMPETIÇÃO
CENTRO AQUÁTICO DE TÓQUIO

SUSANA VEIGA

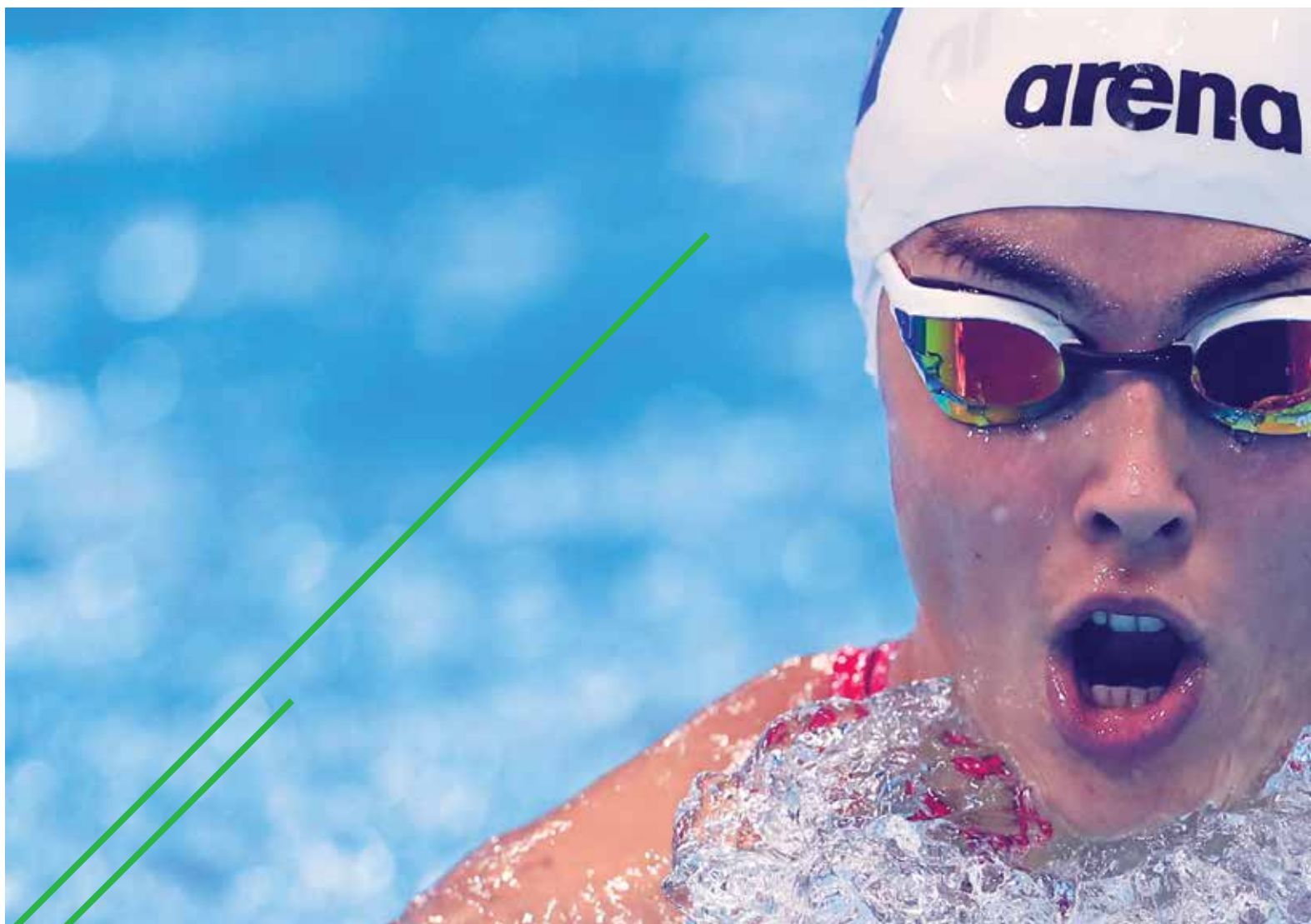
Data Nascimento	08/04/2000
Naturalidade	Sintra
Classe	S9 / SB8 / SM9
Prova	50 Livres e 100 Livres
Treinador	Nuno Quintanilha
Clube	Clube de Natação Colégio Vasco da Gama
Parceiro de Competição	N/A
Participações em Jogos	Estreia



NATAÇÃO

[illegible]





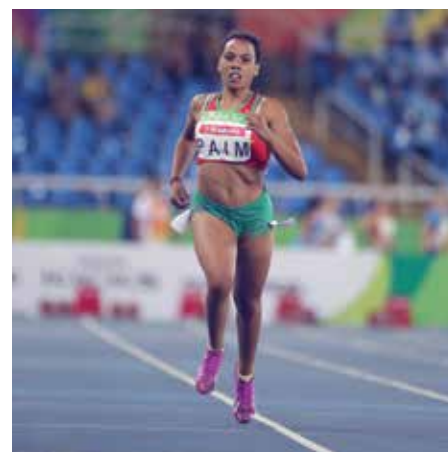
COMO FUNCIONA O DESPORTO PARALÍMPICO?

São muitas as especificidades do desporto paralímpico que o tornam complexo e, simultaneamente, apaixonante. Complexo por ter como base um sistema de classificação funcional desportiva detalhado que coloca os atletas em competição apenas contra outros em condição semelhante para a prática da modalidade em questão. Apaixonante por abranger atletas de várias áreas da deficiência, com limitações mais ou menos severas que são transformadas em cada segundo em desporto de alto rendimento com todo o esforço e emoção que lhe são inerentes.

Mas vamos por partes. Como se estrutura, afinal, o desporto paralímpico? A lógica é simples e pode ser explicada com referência à modalidade de Judo. No judo os atletas competem por categorias de peso para tornar a competição mais justa – não seria razoável ter um judoca de 110kg a combater contra outro de 65kg visto que, à partida, seria uma luta desigual. No desporto paralímpico o raciocínio é semelhante: os atletas são

enquadrados em classes desportivas em função do impacto que a sua deficiência tem no desempenho desportivo de determinada modalidade. Na Natação, por exemplo, os atletas com deficiência motora integram classes que vão da S1   S10, em que quanto maior o número (de 1 a 10), menor o impacto da deficiência na presta o desportiva. Regra geral, assim   na maioria das modalidades, o que torna a competi o mais justa e permite que a verdade desportiva saia a ganhar para bem de todos os intervenientes.

Em termos práticos, qualquer atleta com deficiência só pode participar em competi es internacionais depois de ser classificado e conseqüentemente integrado numa classe desportiva. Esta classifica o   efetivada por técnicos especializados, avaliadores, fisioterapeutas e/ou médicos, obedecendo a critérios particulares em fun o de cada modalidade. O processo decorre para todos os desportos e áreas da deficiência sem exce o, nomeadamente a



Georgie Kerr/CPP

deficiência visual, a intelectual e a motora. A deficiência auditiva fica fora destas contas na medida em que os atletas surdos competem numa competição exclusiva, os Jogos Surdolímpicos.

Explicados em traços gerais os princípios da classificação funcional desportiva, importa perceber que o calendário paralímpico contém 21 modalidades desportivas mas que são poucas as que englobam as três áreas da deficiência. Atletismo e Natação aparecem no comando do pelotão das modalidades mais inclusivas por integrarem atletas com deficiências motora, visual e intelectual. O Boccia, por exemplo, é uma modalidade exclusiva do programa paralímpico e inclui apenas a deficiência motora, tal como a Canoagem e a Equestre. O Ciclismo inclui também a deficiência visual e o Judo integra apenas atletas cegos ou com baixa visão. Deporto paralímpico é sinónimo de inclusão e para cada tipo de deficiência há uma modalidade que se pode praticar.

Diogo Taborda



A FECHAR

Mensagem do Adido da Missão Portuguesa

**Keiichi Hioki**

É com grande prazer que tenho a honra de fazer parte deste ilustre grupo de atletas, técnicos e dirigentes da Missão Paralímpica Portuguesa, que tantos séculos depois do primeiro encontro com o povo japonês que ocorreu em 1543, e que resultou num intercâmbio e amizade excecional no qual predominavam a compreensão e respeito mútuo. A chegada dos portugueses ao Japão, foi decisiva para o término da Era das Guerras Internas e a unificação do território. Estou certo de que a Missão Paralímpica Portuguesa abrirá uma nova página nos laços de amizade que unem os dois países, na qual continuarão a prevalecer a amizade e o respeito ao qual serão abrangidos a igualdade, a inclusão e a excelência desportiva.

Certo do sucesso da participação e com a promessa do meu total empenho, cá vos espero, para todos em conjunto celebrarmos este importante evento desportivo de confraternização entre os povos.



O DESPORTO TEM TODO O NOSSO APOIO.

Ser o maior patrocinador do desporto em Portugal é apoiar o **TALENTO** e os grandes eventos desportivos nacionais. É promover a conciliação do desporto com a vida académica. É ir mais além em cada modalidade patrocinada, apoiar as nossas seleções, fazer crescer as competições nacionais, valorizar o desporto feminino e desenvolver o desporto adaptado. É fazer do desporto um fator de integração social. Porque, para os Jogos Santa Casa, o Desporto é para Todos.

Apoiamos
Comités Olímpico e Paralímpico
17 Federações Desportivas
+ de 100 Seleções Nacionais

Atribuímos
+ de 325 Bolsas de Educação,
no valor de mais de 922 mil euros

www.jogossantacasa.pt

Atletas (da esquerda para a direita): Rita Lagartinho, Tomás Appleton, Eduardo Picoito, Dinis Costa, Rita Vieira, Ana Oliveira, Diogo Ganchinho, Diogo Chen, Márcia Costa, Melanie Santos, José Ramalho, Rui Silva, David Grachat, Catarina Monteiro, David Rosa, Teresa Bonvalot, Patrícia Sampaio.

