



# Clube Nacional de Ginástica

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

## BOLETIM INFORMATIVO

DIRECTOR: MANUEL MADEIRA

RUA MACHADO DOS SANTOS, 112

TELEF.: 457 10 10 / 458 10 02 - FAX 458 10 03

TELEM.: 0931-488 44 46

DIRECTORA ADJUNTA: M<sup>ª</sup>.LUZ PAIVA

N.º 42 - SETEMBRO DE 1999

PROPRIEDADE DO C.N.G.

### 49.º ANIVERSÁRIO DO C.N.G.

No dia 5 de Junho O C.N.G. comemorou o seu 49.º Aniversário. Para festejar a efeméride foram realizadas várias actividades, conforme foi previamente noticiado. Assim, depois de uma animada partida de Voleibol disputada pelos Jogadores da Velha Guarda do C.N.G., realizou-se um almoço em que estiveram presentes, para além dos senhores Vereadores da Câmara Municipal de Cascais, Alexandre Sargento e José Carlos van Zeller, o Senhor Presidente da Junta de Freguesia de Parede, António Maria Rodrigues Soares e os Vogais Madalena Gomes e Francisco Gonçalves, bem como o representante da Junta de Turismo da Costa do Estoril, senhor Vítor Carvalho.

Estiveram também presentes alguns dos sócios fundadores do C.N.G., que quiseram honrar com a sua participação esta festa de alegria para os sócios do Clube.

O Presidente do C.N.G., Eng.º Manuel Madeira, na sua alocução fez a retrospectiva da actividade desenvolvida no ano de 1998/1999 fazendo também referência aos projectos para o futuro, nomeadamente à construção da piscina e às comemorações do 50.º Aniversário do Clube Nacional de Ginástica que terão lugar no próximo ano.

Na sua intervenção, o Vereador Alexandre Sargento, para além de prestar homenagem em nome da **edilidade ao C.N.G. pelo meritório trabalho que este tem vindo a desenvolver junto da comunidade da Parede,**

**reiterou o apoio da Câmara Municipal de Cascais na construção da piscina do Clube.**

No final foram distribuídos emblemas aos sócios que completaram 25 anos de associativismo, bem como medalhas aos atletas que mais se distinguiram na época de 1998/99, nomeadamente nas modalidades de Karaté, Ténis e Voleibol.



O Presidente do C.N.G. proferindo a sua alocução durante o almoço comemorativo do 49.º Aniversário, tendo à sua direita os Vereadores Alexandre Sargento e José Carlos van Zeller e à sua esquerda o Vice Presidente da Mesa da Assembleia Geral, Dr. António Soares da Silva

### NO LIMIAR DO ANO 2000

Mais um ano de actividades se vai iniciar. Manter o C.N.G. ao serviço da população continua a ser a preocupação dominante da Direcção. Os resultados positivos que marcaram as actuações verificadas no ano que terminou animam-nos a querer mais e melhor. Nesse sentido, para além do incentivo que continuaremos a dar às modalidades já existentes, foram introduzidas algumas novas a fim de tornar ainda mais vasto o campo de possibilidades na prática do desporto pela comunidade da Parede.

O ano que se avizinha vai ser importante para todos os associados. Para além de contarmos poder começar com as obras da piscina (o que vai ser um marco importante na vida do Clube), festejaremos no ano 2000 o 50.º Aniversário do C.N.G.. Queremos que a sua comemoração seja digna do prestígio do nosso Clube pelo que contamos com o apoio e colaboração de todos os associados, a quem lançamos desde já o apelo para uma colaboração estreita com a Direcção.

### EM DESTAQUE...

No **Karaté**, destaque para o atleta **Nuno Dias** pelos títulos alcançados: Campeão Nacional sénior absoluto e Campeão Mundial de Karaté Shukokai. Integrou a Selecção Nacional (todos os estilos). No Europeu atingiu o 5.º Lugar do seu peso.

No **Ténis** o C.N.G. sagrou-se Vice-Campeão Nacional em Cadetes Femininos. Em destaque, portanto, as atletas **Mariana Pereira, Maria Lisboa, Joana Percheiro Gonçalves e Joana Melo. Martim Passos (Infantis)** atingiu as Meias Finais no Torneio da Q1<sup>ª</sup>. da Marinha.

No **Voleibol**, destaque para a equipa de **Iniciados Masculinos** que ganhou o Campeonato Regional, o Campeonoto Zonal e se sagrou Vice-Campeão Nacional.

## TÉNIS

### CURRICULUM DOS ATLETAS DO C.N.G. EM TORNEIOS OFICIAIS ENTRE 12/4/99 E 4/8/99

**Nuno Alves D' Eça** (nº. 13 iniciados / nº. 299 infantis (categoria 2º. ano iniciados)

- Semi-finalista em pares do Circuito Juvenil LRC I infantis
- 1/8 final a singulares (9º. a 6º. lugar) e 4º. lugar a pares do Campeonato Nacional de Iniciados no Estádio Nacional
- Finalista a singulares do Torneio Selecções do Reader's Digest no C.T. Jamor

**Joana Percheiro Gonçalves** (nº. 1 iniciadas/nº. 58 infantis) (ctg 1º. ano infantis)

- Semi-finalista em singulares do Torneio Juvenil da Portela 99 em cadetes
- Finalista em singulares do Campeonato Regional de Infantis no C T Alfragide
- Semi-finalista em singulares do Circuito Juvenil LRC I em infantis

**João Eduardo Silva** (nº.76 infantis) (ctg. 2º. ano infantis)

- Semi-finalista em pares do Torneio C.N.G. 99 - cadetes
- Martim D'argent Passos** (nº.86 infantis) (ctg. 2º. ano infantis)

**Maria Salvador Lisboa** (nº. 23 cadetes) (ctg. 2º. ano cadetes)

- Vice-Campeã Regional de Inter-Clubes 2ª. Div. femininos
- Semi-finalista em singulares do 4º. Torneio do Circuito L.R. Center em seniores
- Semi-finalista em singulares do V Torneio Aniv. Casa Pia de Lisboa em cadetes
- Finalista em singulares do Torneio C.N.G. 99 - cadetes
- Semi-finalista em singulares da Taça Junta de Turismo do Estoril no C.T. Estoril em juniores
- Semi-finalista em singulares do Torneio de Verão de Carcavelos em juniores

**Mariana Lima Pereira** (nº. 20 infantis/nº. 16 cadetes) (categoria 1º. ano cadetes)

- Vice-Campeã Regional de Inter-Clubes 2ª. Div. femininos
- Semi-finalista em singulares do 1º. Torneio GCP/Contro-lauto no Ginásio Clube Português em cadetes
- Finalista em singulares do 4º. Torneio do Circuito LR Center em seniores

- Finalista em singulares do Torneio Pine Bowl 99 na Quinta da Marinha em cadetes
- Finalista em singulares do V Torneio Aniv. Casa Pia de Lisboa em cadetes
- Semi-finalista em singulares do Torneio C.N.G 99 - cadetes
- Finalista em singulares da Taça Junta de Turismo do Estoril no C T. Estoril em cadetes
- Semi-finalista em singulares do Torneio de Verão de Carcavelos em juniores

- Vencedora em singulares do Torneio Juvenil de Belas no C.T. Belas em cadetes

**Joana Lisboa Mello** (nº. 48 cadetes) (ctg. 2º. ano cadetes)

- Vice-Campeã Regional de Inter-Clubes 2ª. Divisão femininos

**Tiago Teixeira Fernandes** (nº. 168 juniores) (ctg. 2º. ano juniores)

- Semi-finalista em pares do 1º. Torneio CNG 99/Juniores em juniores

**Diogo Filipe Lourenço** (nº. 106 cadetes) (categoria 2º. ano cadetes)

- Semi-finalista em pares do 1º. Torneio CNG 99/Juniores em juniores

**Nuno Almeida Lourenço** (nº. 76 seniores) (categoria sénior)

- Semi-finalista em singulares do 4º. Torneio do Circuito L.R Center em seniores

**Ana Margarida Noro** (nº. 48 seniores) (categoria sénior)

- Vice-Campeã Regional de Inter-Clubes 2ª. Divisão femininos

**Inês Miranda Santos** (categoria sénior)

- Vice-Campeã Regional de Inter-Clubes 2ª. Divisão femininos

**Pedro Manuel Monteiro** (nº. 96 seniores) (categoria sénior)

- Finalista em singulares do Torneio Aberto (CNG 99 em seniores)

**Pedro Miguel Nunes** (nº. 52 cadetes / nº. 263 juniores) (categoria 1º. ano juniores)

- Semi-finalista em singulares do Torneio Aberto C.N.G.99 em seniores

### Classificações finais de 12/04/99 a 4/08/1999 Inter-Clubes (Fase Regional)

- 3ª. Divisão A - Seniores Masculinos  
1ª. Fase - 2º. Lugar em 6 possíveis  
2ª. Fase - 3º. Lugar em 4 possíveis
- 2ª. Divisão Seniores Femininos - Vice-Campeãs Regionais
- Veteranos +35 - 5º. Lugar em 7 possíveis
- Veteranos +45 - 6º. Lugar em 7 possíveis



## ARTES

## MARCIAIS



### Inserido nos Jogos de Cascais/99

Realizou-se no dia 4/7/99, na Escola Secundária Fernando Lopes Graça e sob o patrocínio da CMC, o Festival de Desportos de combate.

Conjuntamente com outros Clubes e Associações do nosso Concelho, o CNG apresentou as suas modalidades de desportos de combate, tendo à frente os respectivos técnicos, a saber:

- Aikido - Dr. Francisco Leotte Tavares
- Karaté - Sr. Jorge Maia Marques
- Judo - Prof. António Geraldes
- Jogo do Pau - Sr. Abel Couto

Igualmente, e porque será integrada no nosso leque de oferta aos associados na próxima temporada, desfilou pelo CNG a modalidade de THAI CHI que, sob a orientação da Profª. Saudade Fung, apresentou 24 elementos que efectuaram uma demonstração desta arte marcial que agora começa a implantar-se em força no distrito de Lisboa.

No final a vereação da Câmara Municipal de Cascais entregou aos atletas e aos Clubes lembranças comemorativas do evento.

## GINÁSTICA



O C.N.G. participou no Sarau de Ginástica efectuado no dia 27 de Junho na Escola Secundária Fernando Lopes Graça, no âmbito das Festas de Encerramento

do Projecto de Promoção Desportiva "JOGOS DE CASCAIS" e da respon-sabilidade da Câmara Municipal de Cascais. O C.N.G. apresentou classes de acrobática e mini-trampolim cuja actuação foi muito aplaudida. O C.N.G. participou também na XIV GIMNOESTE com classes de acrobática e mini-trampolim com um total de 26 ginastas, tendo tido uma actuação de pleno agrado. Ambos os eventos tiveram a orientação do Prof. Fernando Pinto e da monitora Sofia Freitas.

**CAMPEONATO REGIONAL DE MINI-TRAMPOLIM** - O CNG participou neste Campeonato, obtendo os nossos atletas as seguintes classificações:

#### Infantis Femininas:

- Joana Silva - 11ª
- Ana Vidal - 20ª
- Nádia Pinto - 20ª

#### Infantis Femininas (Equipas):

- Joana Silva, Nádia Pinto, Ana Vidal - 4ª.

## ACTIVIDADES SUBAQUÁTICAS



Na época de 1998/1999 o C.N.G. obteve o 7º. Lugar no Campeonato Nacional de Pesca Submarina 1ªs. Categorias. O nosso atleta melhor classificado foi **Pedro Neves** que obteve a 6ª. posição.

Em 2ªs. Categorias, o C.N.G. obteve a 6ª. posição, sendo os nossos melhores atletas **Pedro Neves** (5º.), **Pedro Inglês Marques** (23º.) e **Paulo Pinto** (35º.).



## FUTEBOL DE 5

Na Época de 1999/2000 vamos ter apenas as Equipas de Iniciados e Seniores. Não iremos competir em Juniores e Juvenis, dado o enorme aliciamento de jogadores desta faixa etária para o Futebol de 11 o que leva a que todos os anos seja necessário formar novas equipas para podermos competir com estes escalões. A Direcção tentou ainda que estes escalões não acabassem, mas os responsáveis do pelouro nada puderam fazer para inverter esta situação.

Realizámos mais um Torneio de Verão em que participaram 32 equipas e que se saldou em mais um êxito desta iniciativa. Estamos a realizar um 2º. Torneio com apenas 14 equipas, dado terem-se iniciado os treinos das equipas de competição e não dispormos de horas livres para um torneio que suporte mais equipas.

## TIRO COM ARCO

Outrora arma de caça e de guerra, o arco é utilizado a partir do século XIX na Europa, a título desportivo. O arco desportivo sofisticado, pouco faz lembrar o arco primitivo. O tiro com arco é uma disciplina olímpica. É coordenado por uma Federação Internacional (criada em 1931) que agrupa umas sessenta nações, contendo vários milhões de Arqueiros, dos quais S. Feute, que se tornou em Barcelona (1992) o primeiro campeão Olímpico Francês da disciplina.

O C.N.G. assumiu, a modalidade de tiro com Arco em meados de Abril, estando presente com um número considerável de praticantes de ambos os sexos, e perspectivas de muito em breve aumentar o numero de arqueiros.

Presentemente estamos com aulas às 2ªs e 6ªs feiras das 21:00h às 22:15h.



Equipa de Tiro com Arco do C.N.G.

António Espadinha, (Monitor) Fernando Baptista, (Director), Fernando L.D. Baptista



## VOLEIBOL

O Voleibol do CNG, na Época de 1998/99, conseguiu cumprir os seus principais objectivos.

A **Equipa Sénior Masculina** continua a ser a melhor formação da Região Sul, tendo ficado em 6º. Lugar na Divisão A2 (garantindo assim a continuação nesta Divisão para a presente época) e atingiu os ¼ de Final na Taça de Portugal.

As **Equipas de Juniores Feminina e Masculina** conseguiram o apuramento para a fase zonal do Campeonato Nacional e classificaram-se em 4º. e 5º. Lugares, respectivamente. A **Equipa de Juvenis Masculina**, depois do Campeonato Regional, disputou a Taça de Portugal para o seu escalão e obteve o 2º. Lugar.

A **Equipa de Iniciados Feminina** fez todo o possível para se qualificar para a fase zonal do seu campeonato mas, devido à sua idade e à ainda pouca experiência na prática da modalidade, alcançou o 4º. Lugar do Campeonato Regional.

Destaque para a nossa **Equipa de Iniciados Masculina** que ganhou o Campeonato Regional e o Campeonato Zonal, perdendo só um jogo durante toda a época, precisamente a Final contra a Equipa do Sporting de Espinho, sagrando-se deste modo Vice-Campeã Nacional. Uma Equipa com muito futuro donde esperamos que saiam muitos atletas para a nossa Equipa de Seniores.

A Época de 1998/99 foi marcada também por um crescimento significativo do número de praticantes da modalidade que, no total, atingiu cerca de 130 atletas.

## DANÇAS DE SALÃO



Realizou-se no dia 8 de Maio o Campeonato Nacional de Danças de Salão Latino-Americanas cujas eliminatórias tiveram lugar no Complexo Desportivo de S. Domingos de Rana.

O Clube Nacional de Ginástica esteve representado pelos pares **Pedro Tiago Cunha/Bianca Mendonça** e **João Madeira/Erina Neno**, tendo este último par sido seleccionado para as semifinais.



## BALLET

No Estágio Internacional da Dança no Ginásio Clube Português de 27/7/99 a 7/8/99 participaram as alunas de ballet do C.N.G. da Profª. Noémia Ferraz

- **Joana Faria** em dança contemporânea - grau intermédio Profª. Arlette Kunz
- **Mariana Graça Mariana Damásio Graça Virgínia** em dança clássica Grau II - Profª. Wendy Artilles



Actuação de uma das Classes de Ballet durante o Festival de Encerramento das Actividades Gímnicas do ano de 1998/99

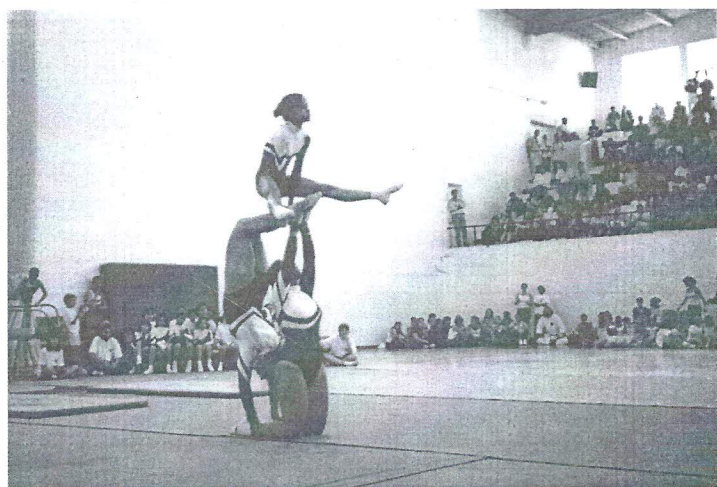
## FESTIVAL GÍMNICO 1999

No dia 29 de Maio, pelas 10:30, teve lugar no Pavilhão do C.N.G. o Festival de Encerramento das Actividades Gímnicas do ano de 1998/99. Com um vasto programa de actuações, nele estiveram representadas as várias classes de Ginástica do Clube bem como as de Artes Marciais. Tendo sido bastante participado quer por ginastas, quer pela presença de sócios na assistência, este Festival foi o reflexo de um ano de trabalho que, face ao nível apresentado, podemos considerar bastante positivo. Aos ginastas e aos professores envolvidos não podemos deixar de manifestar o nosso apreço pelo esforço demonstrado.

No final foram distribuídas medalhas comemorativas do 49º. Aniversário do Clube a todos os ginastas participantes.



Festival de Encerramento. Classe de Karaté



Festival de Encerramento: Ginástica Acrobática

### THAI CHI

Modalidade que o C.N.G. vai lançar a partir de Outubro de 1999.

É uma arte marcial de carácter lúdico acessível a todos os escalões etários dos dois sexos, que se baseia na adaptação ao ser humano dos movimentos de determinados animais (ex. louva-a-deus) e cuja prática é efectuada ao som de música.

Por impossibilidade física dos técnicos contratados, apenas é possível ter esta modalidade no Clube, aos sábados, das 14:15h às 16:00h.

Porque se trata de uma modalidade bastante interessante, a quem deseja praticar, aconselha-se a rápida inscrição na secretaria do C.N.G.

### E ASSIM SURTIU A CAPOEIRA...

Numa noite escura qualquer do Séc. XVII, o primeiro negro escapou da senzala, fugiu do engenho, livrou-se da servidão, ganhou a liberdade...

Outros se lhe seguiram conquistando a liberdade. E as perseguições não tardaram. Sem armas e sem munições, os negros voltaram a ser guerreiros, utilizando aquele desporto nascido nas noites sujas da senzala, e o desporto disfarçado de dança transformou-se em luta, as lutas dos homens da capoeira. A capoeira venceu com Ganga-Zumba, com Zumbi e os seus guerreiros, com o Quilombo dos Palmares, como um símbolo de desejo de liberdade.

Assim surgiu a capoeira, para, quatro séculos depois, se constituir numa das mais importantes manifestações populares da Nação brasileira. Nascida dos impulsos da liberdade em vários pontos do território, a capoeira evoluiu com a Nação ardente de independência.

A princípio restrita aos negros e seus descendentes, não tardou a envolver-se também na miscigenação de uma raça nova, de uma Nação florescente.

Proibida durante meio século, a capoeira venceu e ressurgiu com novos guerreiros, com novas táticas: era a capoeira moderna, um desporto guerreiro, uma luta real, "a nobre arte"...

**O C.N.G. É TAMBÉM UM ESPAÇO DE CONVÍVIO.  
FREQUENTE O SEU CLUBE !**

### MODALIDADES 1999/2000

- \* GIN. MANUTENÇÃO (MASC., FEM. E MISTA)
- \* GIN. FORMATIVA
- \* GIN. DE TRAMPOLINS E ACROBÁTICA
- \* GIN. INFANTIL
- \* GIN. LOCALIZADA
- \* BALLET
- \* DANÇAS DE SALÃO



- \* STEPPING
- \* AERO-STEP-LOCALIZADO
- \* BODY SCULPTING
- \* MIXED FITNESS
- \* MUSCULAÇÃO
- \* TONIFICAÇÃO MUSCULAR



- \* VOLEIBOL (ESCOLAS E COMPETIÇÃO)
- \* TÊNIS (ESCOLAS E COMPETIÇÃO)
- \* FUTEBOL DE 5
- \* CAÇA SUBMARINA
- \* CAMPISMO E CARAVANISMO



- \* AIKIDO (AIKIKAI)
- \* KARATÉ (SHUKOKAI)
- \* THAI-CHI
- \* JUDO
- \* JOGO DO PAU
- \* CAPOEIRA
- \* TIRO COM ARCO

