



Relatório de Atividades 2022/2023
Plano de Atividades 2023/2024

INTRODUÇÃO

O Juventude Vidigalense (JV) tem desenvolvido um projeto desportivo nas últimas três décadas com uma trajetória declaradamente ascendente. A cada época desportiva que passa, multiplicam-se os feitos de atletas, treinadores e diretores no desenvolvimento na modalidade de atletismo, motivo pelo qual toda a estrutura se orgulha.

As nossas equipas voltaram a ser destaque em todos os escalões, pois foram alcançados pódios nacionais em todas as competições nacionais, desde os Sub-18, até à I Divisão Nacional Senior da modalidade. Os nossos atletas e treinadores continuam também a ser presença assídua nas seleções nacionais dos vários escalões, e consequentemente nas listas dos melhores de sempre da modalidade em Portugal, provando a qualidade de todo o trabalho desenvolvido na estrutura do Juventude Vidigalense.

O clube continua focado em apresentar um serviço desportivo não apenas para o rendimento, mas também na área da recreação, continuando com o projeto do Centro Desportivo de Marcha e Corrida (CDMC) de Leiria, e apostando agora também, num novo formato de Treino Personalizado, com o objetivo de sermos cada vez mais efetivos no trabalho que desenvolvemos.

A par do desempenho desportivo, a gestão do Centro Nacional de Lançamentos (CNL), continua a ser um dos focos do clube, onde o apetrechamento e a dinamização de atividades tem vindo a ser cada vez maior, não apenas por parte do clube, mas também por parte de instituições, federações e atletas que procuram frequentemente as instalações e condições de excelência para a prática da modalidade.

Não obstante o disposto, salientamos que não são apenas os atletas que merecem, também a nossa estrutura brilhou e confirmou a sua qualidade na organização de eventos tanto nacionais como internacionais, voltando a ser o anfitrião da carismática Taça da Europa de Lançamentos.

ÍNDICE

INTRODUÇÃO	2
A. RELATÓRIO DE ATIVIDADES DA ÉPOCA DE 2022/2023.....	5
1. Atividade Diretiva.....	5
1.1 Atletas Federados.....	5
2. Enquadramento Técnico.....	6
2.1 Centro Desportivo de Marcha e Corrida.....	7
2.2 Treino Personalizado.....	8
3. Competições Internacionais	8
3.1. Seleções Nacionais	9
3.2 Outras Competições Internacionais	10
4. Resultados Individuais de Âmbito Nacional	11
4.1. Alto Rendimento	11
4.2. Competições Individuais.....	12
5. Resultados Coletivos de Âmbito Nacional	14
5.1. Campeonatos Nacionais de Clubes em Pista Coberta	14
5.2. Campeonatos Nacionais de clubes ao ar livre	14
5.3. Campeonatos Nacionais	14
6. Competições de Âmbito Distrital.....	15
6.1. Títulos Coletivos	15
6.2. Títulos Individuais.....	16
6.3. Recordes Distritais.....	18
7. Eventos de Alta e Média Competição	19
7.1. Taça da Europa de Lançamentos.....	19
7.2. XXVIII Torneio Internacional de Lançamentos do Juventude Vidigalense.....	20
8. Eventos de Promoção e Captação.....	21
8.1. Convívio de Benjamins	21
8.2. Torneio Mini Craque.....	21
9. Atividades Complementares	22
9.1 Programa de Ocupação de Férias.....	22
9.2 Atividade Diretiva	23
9.3 Departamento Médico	23
9.4 Centro Nacional de Lançamentos.....	23
9.5 Projeto Erasmus +.....	24
B. PLANO DE ATIVIDADES PARA 2024	25
C. CONCLUSÃO	28

A. RELATÓRIO DE ATIVIDADES DA ÉPOCA DESPORTIVA DE 2022/2023

1. Atividade Desportiva

1.1. Atletas Federados

- ✧ Filiámos 259 atletas, 133 do género masculino e 126 do género feminino.
- ✧ Continuámos a ser um dos clubes do país com mais praticantes filiados.

Apesar de não ser verificado um crescimento exponencial de praticantes como ambicionávamos, temos conseguido ser efetivos na forma como organizamos e preparamos para o crescimento. Apesar dos tempos difíceis que se viveram no período COVID, em que a manutenção de atletas era uma luta diária, estamos convictos de que estamos lentamente a conseguir inverter a tendência e que o crescimento que desejamos está para breve.

Na Tabela 1, podemos observar como estiveram distribuídos os nossos atletas pelos diversos escalões etários:

Tabela 1 – Atletas filiados pela JV em 2022/2023

Escalão	Masculinos	Femininos	Total
Benjamins A	18	12	30
Benjamins B	16	12	28
Sub-14	16	25	41
Sub-16	25	25	50
Sub-18	15	17	32
Sub-20	18	18	36
Sub-23	11	8	19
Seniores	11	9	20
Veteranos	3	0	3
Totais	133	126	259

2. Enquadramento Técnico

- ☞ O Centro Desportivo de Marcha e Corrida de Leiria, enquadrado no Programa Nacional de Marcha e Corrida continua a ser uma atividade importante na região, na promoção de atividade física.
- ☞ Integrámos novos técnicos: Hugo Oliveira

O nosso grupo técnico tem por apanágio o trabalho rigoroso e cientificamente suportado. No entanto, temos vindo a tentar aperfeiçoar o nosso modelo, numa lógica de aprendizagem e reflexão contínuas, por forma a garantir a qualidade da nossa estrutura técnica e decorrente otimização das capacidades dos nossos atletas.

No que respeita à sua organização, o cargo de coordenador técnico geral do setor de competição foi da responsabilidade do técnico Tomé Agostinho, que ainda acumulou a função de responsável pelo Setor de Provas Combinadas, ficando o setor de Formação sob a coordenação dos técnicos Nataniel Lopes e Pedro Carvalho, técnicos da Escola de Formação Desportiva e Grupo de Iniciação e Desenvolvimento respetivamente.

Quanto à nossa estrutura de formação, a organização teve que levar alguns ajustes. O trabalho desenvolvido ao nível do *Fun Athletics* continuou no sentido do desenvolvimento dos padrões motores básicos, nomeadamente o correr, saltar, arremessar, trepar, entre outros, mas também da agilidade e coordenação, e foi assegurado pelos técnicos Érica Mendes e Nataniel Lopes, que ainda acumulou a função de supervisão. A Escola de Formação Desportiva continua a ser uma aposta, numa lógica de uma promoção multidesportiva, permitindo que as crianças usufruam de um leque alargado de experiências motoras, com a finalidade de as satisfazer numa perspetiva holística e de as motivar para a prática desportiva.

No que concerne à Escola de Atletismo, considerámos importante continuar com o paradigma de os atletas serem agrupados, tendo em conta os objetivos e o nível competitivo no qual se enquadram, mas também consoante o seu nível de formação técnica e condicional, de base.

A organização no sector de formação implementado pode ser melhor compreendida através da visualização do esquema 1:



Esquema 1. Esquema da Formação Desportiva do Juventude Vidigalense

2.1. Centro Desportivo de Marcha e Corrida

Em janeiro de 2014, o Juventude Vidigalense associou-se ao Programa Nacional de Marcha e Corrida e inaugurou em Leiria o Centro Desportivo de Marcha e Corrida, tendo-se tornado, assim, no primeiro clube a nível nacional a implementar e suportar integralmente o Centro.



O Centro de Marcha e Corrida destina-se a toda a população em geral, independentemente do seu nível de prática e da sua condição física. Tem como

principal intuito a integração dos praticantes na corrida, possibilitando a aquisição das componentes físicas básicas.

Nesta época continuámos com dois grupos de treinos, um à tarde e outro de manhã.

Ao longo desta época, foram integrados nos grupos de treino quarenta e nove praticantes, 38 do sexo feminino e 11 do sexo masculino, com a oportunidade de prática de atividade física em três dias por semana. Os treinos foram programados e assegurados pelos técnicos André Silva, Nuno Baltazar e Daniel Dias da parte da tarde e pelo técnico Nataniel Lopes na parte da manhã.

2.2. Treino Personalizado

Com o intuito de aproximar a população em geral do clube e desenvolver a promoção desportiva do clube, foi lançado o projeto de treino personalizado. Esta atividade tem o enquadramento técnico de Pedro Carvalho, que procura ir ao encontro dos objetivos de cada utente que nos procura, tanto ao nível de frequência de treino como nos conteúdos abordados. Neste ano de arranque, o projeto já conta com três participantes.

3. Competições Internacionais

- ☞ No Festival Olímpico da Juventude Europeia, Maribor, na Eslovénia, Eduardo Camarate, Nuno Cordeiro e Denis Hrabar participaram nos 5.000m marcha, 800m e Decatlo, respetivamente.
- ☞ Nuno Cordeiro representou as cores da seleção nacional no DNA que se realizou em Madrid.
- ☞ Bruna Marques representou na seleção nacional no Campeonato Europeus de Marcha, que se disputou em Espoo – Finlândia.
- ☞ Carlota Ferreira, João Mota, Luca Cruz, Nadine Pires e Tiago Jorge estiveram em representação da seleção nacional no Troféu Ibérico de Sub-18, que se realizou em Leiria.
- ☞ Tomás Rodrigues, Rúben Santos e Raquel Gomes representaram a seleção nacional no Encontro Internacional de Lançamentos, que se realizou em Vagos a 24 de junho de 2023.

3.1. Seleções Nacionais

Esta foi mais uma época desportiva em que o Juventude Vidigalense esteve em destaque no que diz respeito a internacionalizações, conseguindo ter atletas a representar as cores nacionais em todos os escalões, desde os sub-18 à seleção absoluta.

Bruna Marques foi 9ª classificada na prova dos 20 quilómetros marcha do Campeonato da Europa de Sub23 que se disputou em Espoo na Finlândia. Para conseguir este extraordinário resultado, a atleta teve que melhorar o seu recorde pessoal em mais de 2 minutos. Com este resultado a Bruna teve entrada no Projeto de Esperanças Olímpicas que será certamente muito importante no seu futuro como atleta.

Nuno Cordeiro deu o seu contributo pelas cores nacionais no DNA em pista coberta, na estafeta 2x2x200m, prova que marcou mais um regresso às representações nacionais.

Denis Hrabar, Eduardo Camarate e Nuno Cordeiro foram os três atletas do JV que estiveram em Maribor, na Eslovénia, em representação das cores nacionais no Festival Olímpico da Juventude Europeia, que se realizou entre os dias 24 e 29 de julho. **Eduardo Camarate** alcançou o 5.º lugar nos 5000m marcha, onde estabeleceu um novo recorde pessoal por larga margem, fixando-o em 22.01,25, 13.º melhor sub-18 de sempre em Portugal. **Denis Hrabar** foi 6.º classificado no Decatlo, onde brilhou ao estabelecer 7 recordes pessoais ao longo da competição (11,53 nos 100m, 6,57m no comprimento, 15,59m no peso, 1,87m na altura, 14,80 nos 110m barreiras, 47,28m no dardo e 4.30,27 nos 1500m). Os 6968 pontos no decatlo tornam o nosso atleta no 3.º melhor sub-18 de sempre em Portugal. Denis fez ainda parte da estafeta Medley, onde correu os 100m e ajudou a estabelecer um novo recorde nacional com 1.54,49. **Nuno Cordeiro** foi 8.º na final dos 800m com 1.56,85. O nosso atleta alcançou o registo de 1.52,67 na eliminatória, marca que estabelece novos recordes distritais sub-18 e sub-20, e que o torna no 9.º melhor sub-18 de sempre em Portugal.

João Mota conquistou um novo recorde nacional nos 4x100m Estafetas pela seleção nacional. Esta que foi a sua primeira participação a representar as cores da seleção. O nosso atleta participou no Encontro Ibérico de Estafetas, integrado no Meeting Ibero-Americano, que se realizou em Huelva, Espanha, no dia 6 de junho. O nosso jovem integrou o quarteto sub-18, constituído ainda por André Reis, Pedro Afonso

e Rui Serras, cortando a meta em segundo lugar, com a marca de 41,79 segundos, superando em dois centésimos a anterior melhor marca nacional de (41,81, de 25 de maio de 2022).

No Torneio Ibérico de Sub-18, realizado em Leiria, foram convocados seis atletas do nosso clube, **João Mota** nos 100m e 4x100m, **Ernesto Rodrigues** nos 200m e 4x100m, **Luca Cruz** na Vara, **Tiago Jorge** nos 3000m, **Carlota Ferreira** nos 2000m obstáculos e a **Nadine Pires** na Altura. O especial destaque foi Carlota Ferreira, que conseguiu alcançar um novo recorde pessoal e distrital na distância dos 2000m obstáculos, com 7.06,82.

Apresentamos, de seguida, uma tabela síntese de todas as competições em que os nossos atletas estiveram envolvidos, em representação de seleções nacionais:

Tabela 2 – Resultados dos atletas da JV em representação de Seleções Nacionais

Competição	Atletas Classificação	
	Masculinos	Femininos
Troféu Ibérico de Provas Combinadas em Pista Coberta – 4 e 5 de março Pombal – Portugal	Denis Hrabar 1º Classificado - Pentatlo-	Sara Brites 8ª classificada - Pentatlo
Encontro Internacional de Lançamentos Vagos - Portugal	Tomás Rodrigues 2º lugar – Peso (Sub-23) Rúben Santos – Dardo (Sub-23)	Raquel Gomes 3º lugar – Disco (Sub-23)
DNA em pista coberta Madrid - Espanha	Nuno Cordeiro Estafeta 2x2x200m	-
Torneio ibérico de Sub-18 Leiria - Portugal	João Mota 100m e 4x100m Luca Cruz Vara Ernesto Rodrigues 200m e 4x100 Tiago Jorge 3000m	Carlota Ferreira 2000m Obstáculos Nadine Pires Altura

3.2 Outras Competições Internacionais

Regressando a um contexto mais positivo para as competições no estrangeiro, este foi um ano em que voltámos a investir nas competições no exterior por parte dos nossos atletas.

Francisco Calhau venceu em representação de Portugal a prova de lançamento do Martelo no Meeting de Mannheim, o Bahaus Junioren-Gala. Destaque ainda para o novo recorde pessoal, de 66 metros.

Sofia Duarte participou no XXV Trofeo de Atletismo Ciudad de Salamanca Memorial "Carlos Gil Pérez", em Espanha, onde conquistou um brilhante segundo lugar alcançado

nos 800 metros (2:09.94 minutos). Esteve também presente estabelecendo um novo pessoal nos 400 metros barreiras (63.44 segundos) **Joana Gameiro**. Participaram também **Lara Duarte** (65.06) e **Paulo Soares** (54.70) nos 400 metros barreiras e **João Pinto** (49.70) nos 400 metros.

Raquel Gomes foi sétima classificada com 41,60 metros, no “Atletica 2000 Meeting”, em San Vito al Tagliamento, Itália.

Andreia Pingueiro esteve em destaque no XXXV Encuentro Diputación de Cáceres ao vencer a prova de 3000m, com a marca de 10.03,65. Em segundo lugar ficou **Sofia Duarte** na prova de 800m, com a marca de 2.11,71. Já **Nuno Cordeiro** terminou a prova de 800m em quarto lugar, com a marca de 1.54,76.

Tabela 3 – Resultados dos atletas da JV nos principais Meetings Internacionais

Competição	Atleta / Disciplina / Classificação					
	Mascullinos			Femininos		
Bahaus Jnnioren - Gala Mannheim, 23 de abril de 2022	Francisco Calhau	Martelo	1º			
Trofeo de Atletismo Ciudad de Salamamca Memorial “Carlos Gil-Perez” Salamamca, 3 de junho de 2023	Paulo Soares	400mb	8º	Sofia Duarte	800m	2º
	João Pinto	400mb	14º	Joana Gameiro	400mb	10º
				Lara Duarte	400mb	13º
Atletica 2000 Meeting San Vito al Tagliamento, 3 de junho de 2023				Raquel Gomes	Disco	7º
XXXV Encuentro Diputación de Cáceres Cáceres, 28 de junho de 2023	Nuno Cordeiro	800m	4º	Sofia Duarte	800m	2º
				Andreia Pingueiro	3000m	1º

4. Resultados Individuais de Âmbito Nacional

- ☞ **Bruna Marques** teve entrada no Projeto de Esperanças Olímpicas
- ☞ **Nuno Cordeiro** e **Francisco Calhau** integraram a restrita lista de atletas de Alto Rendimento do Instituto Português do Desporto e Juventude.
- ☞ **Conquistaram-se 44 títulos de campeões nacionais, num total de 111 medalhas em Campeonatos Nacionais.**

4.1. Alto Rendimento

Esta época, o Juventude Vidigalense teve três atletas na lista de atletas de Alto Rendimento do IPDJ, Francisco Calhau, Bruna Marques e Nuno Cordeiro. Todos os atletas ficaram enquadrados no Nível C.

4.2. Competições Individuais

Esta foi mais uma época de afirmação para o Juventude Vidigalense, onde foram alcançadas medalhas nas mais variadas disciplinas do atletismo, desde a marcha, aos lançamentos longos, provas de pista e passando pela corrida de estrada. Esta polivalência é mais uma prova da excelência do trabalho que tem vindo a ser desenvolvido pela nossa estrutura técnica.

Na próxima tabela podemos verificar como foram distribuídas as 121 medalhas nacionais obtidas nesta época:

Tabela 4 - Atletas da JV medalhados em provas de âmbito nacional

Competição	Campeões Nacionais	Prova	Vice-Campeões Nacionais	Prova	3ºs Classificados	Prova
Campeonato Nacional de Marcha em Estrada Sub-18 e Sub-20 <i>Porto de Mós, 15 de janeiro de 2023</i>	Eduardo Camarate	5.000 marcha				
Campeonato Nacional de Provas Combinadas em Pista Coberta (Sub-18, Sub-20, Sub-23, Absolutos - Braga <i>Braga, 21 e 22 de janeiro de 2023</i>	Denis Hrabar	Heptatlo (sub-18)	Vera Goucha Raquel Lourenço Diogo Meneses	Pentatlo (sub-20) Pentatlo (sénior) Heptatlo (sub-23)	André Petriv	Heptatlo (sub-23)
Campeonato Nacional de Marcha em Estrada – 20km <i>Buarcos, 12 de março de 2023</i>			Bruna Marques Eduardo Camarate	20km (sub-23) 5000m (sub-18)		
Campeonato Nacional de Sub-18 em Pista Coberta <i>Braga, 4 e 5 de fevereiro de 2023</i>	Eduardo Camarate Luca Cruz Nuno Cordeiro Denis Hrabar Tiago Jorge Nuno Cordeiro	5 km Marcha Vara 1500 m Peso 3000 m 800 m	Denis Hrabar Daniela Taralunga Ernesto Rodrigues Luca Cruz Diogo Ramalho João Mota	60 Barreiras Vara 4x300m 4x300m 4x300m 4x300m	Nadine Pires Tiago Jorge João Mota	Altura 1500 m 300 m
Campeonato Nacional de Sub-20 em Pista Coberta <i>Pombal, 25 e 26 de fevereiro de 2023</i>	Vera Goucha Joana Gameiro Margarida Santos Vera Goucha Mariana Vidinha	Comprimento 4x400m 4x400m 4x400m 4x400m	Margarida Santos	Triplo	Eduardo Camarate Eduardo Oliveira Joana Gameiro Denis Hrabar Afonso Marques	5000m Marcha Comprimento 400m Peso Triplo
Campeonato Nacional de Lançamentos Vagos, 25 de fevereiro de 2023	Francisco Calhau	Martelo (sub-20)	Francisco Calhau Matheo Ferreira Rúben Santos	Disco (sub-20) Disco (sub-20) Dardo (sub-20)	Flávia Costa	Dardo
Campeonatos de Portugal em Pista Coberta <i>Pombal, 18 e 19 de fevereiro de 2023</i>			Joana Gameiro Vera Goucha Margarida Santos Sofia Duarte	4x400m 4x400m 4x400m 4x400m	Raquel Lourenço Tomás Rodrigues Sofia Duarte Paulo Soares Simão Pereira André Petriv João Pinto	60m Barreiras Peso 800m 4x400m 4x400m 4x400m 4x400m
Campeonato Nacional de Sub-23 em Pista Coberta <i>Pombal, 4 e 5 de março de 2023</i>	Diogo Meneses Margarida Santos Sofia Duarte	Vara Triplo 800m	Tomás Rodrigues	Peso	Bruna Marques Joana Gameiro Cátia Pereira Filipa Dinis	3000m Marcha 400m 3000m Vara
Campeonato Nacional Universitário em Pista Coberta <i>Pombal, 11 e 12 de março de 2023</i>	Tomás Rodrigues Bruna Santos Bruna Marques	Peso Vara 3000m Marcha	Sofia Duarte Raquel Lourenço	800m 60m Barreiras		
Triatlo Técnico Nacional <i>Braga, 18 de março de 2023</i>	Denis Hrabar	Sub-18	Rafael Morgado Sara Bites	Sub-16 Sub-18		
Km Jovem Nacional <i>Bragança, 15 de abril de 2023</i>	Nuno Cordeiro	Sub-18 I			Carlota Ferreira	Sub-18
Taça de Portugal de Marcha <i>Bombarral, 22 de abril de 2023</i>	Eduardo Camarate	5000m Marcha				
Campeonato Nacional Universitário <i>Viana do Castelo, 6 e 7 de maio de 2023</i>	Tomás Rodrigues	Peso e Disco	Raquel Gomes Daria Melnyk	Disco 3000m Obstáculos	Raquel Lourenço	100m Barreiras

			André Silva Bruna Santos	3000m Obstáculos Vara		
Campeonato Nacional de Provas Combinadas <i>Leiria, 03 e 04 de junho de 2023</i>	Denis Hrabar	Decatlo (sub-18)	Vera Goucha Raquel Lourenço	Heptatlo (sub-20) Heptatlo (Sénior)	João Martins Diogo Meneses	Decatlo (sub-20) Decatlo (sub-23)
Campeonato Nacional Sub-18 <i>Almada, 17 e 18 de junho de 2023</i>	Denis Hrabar Ernesto Rodrigues Denis Hrabar Vadym Skafaryk João Mota Eduardo Camarate Nuno Cordeiro Vadym Skafaryk Salvador Oliveira Ernesto Rodrigues João Mota	Peso 4x100m 4x100m 4x100m 4x100m 5000m Marcha 800m Estafeta Medley Estafeta Medley Estafeta Medley Estafeta Medley	Luca Cruz Katerina Quinn Carlota Ferreira	Vara 100m 2000m Ob	Rafael Morgado Nuno Cordeiro Rafael Margado Daniela Taralunga	Vara 1500m Dardo Vara
Campeonatos de Portugal <i>Braga, 29 e 30 de julho de 2023</i>			Raquel Lourenço Vera Goucha Lara Duarte Joana Gameiro Filipa Dinis Vera Goucha Mariana Vidinha Joana Gameiro Sofia Duarte	4x100m 4x100m 4x100m 4x100m Vara 4x400m 4x400m 4x400m 4x400m	Paulo Soares Wilson Martins João Pinto Lucas Dias Flávia Costa Simão Pereira João Pinto Rafael Vieira Paulo Soares	4x100m 4x100m 4x100m 4x100m Dardo 4x400m 4x400m 4x400m 4x400m
Olímpico Jovem Nacional <i>Lagoa, 20 e 21 de junho de 2023</i>	Katerina Quinn Katerina Quinn Rafael Morgado	80m (sub-16) Quádruplo (sub16) Dardo (sub-16)	Sara Brites Nuno Cordeiro João Mota	Estafeta Medley Estafeta Medley Estafeta Medley	Rafael Morgado Matilde Silva Alessandra Santos	Vara (sub-16) Vara (sub-16) Altura (sub-16)
Campeonato Nacional de Esperanças <i>Leiria, 1 e 2 de junho de 2023</i>	Tomas Rodrigues Francisco Calhau Margarida Santos Filipa Dinis	Peso Martelo Triplo Vara	Mariana Videira Joana Gameiro Lara Duarte Vera Goucha Bruna Marques Sofia Duarte	4x100m 4x100m 4x100m 4x100m 10000 Marcha 800m	Diogo Meneses Diogo Meneses Raquel Gomes Diogo Camacho Diogo Meneses André Petriv João Martins Ana Reis Bruna Santos Tomás Rodrigues Raquel Gomes Joana Gameiro Carolina Caseiro André Petriv Tomás Palma Rafael Vieira João Martins Lara Duarte Mariana Vidinha Joana Gameiro Sofia Duarte	Heptatlo Vara Disco 4x100m 4x100m 4x100m 4x100m Triplo Vara Disco Peso 400m Barreiras Dardo 4x400m 4x400m 4x400m 4x400m 4x400m 4x400m 4x400m
Campeonato Nacional Sub-20 <i>Vagos, 16 e 17 de junho de 2023</i>	Mariana Vidinha Francisco Calhau Joana Gameiro Filipa Dinis Matheo Ferreira Lara Duarte Vera Goucha Mariana Vidinha Joana Gameiro	800 metros Martelo 400 metros Vara Disco 4x400m 4x400m 4x400m 4x400m	Luca Cruz Margarida Santos	Vara Triplo	Denis Hrabar Eduardo Oliveira Rúben Santos Carolina Castro Sofia Santos Sara Brites Margarida Santos David Gregório Vera Goucha Carolina Caseiro	Peso Comprimento Dardo 4x100m 4x100m 4x100m 4x100m 10 km marcha Peso Dardo

5. Resultados Coletivos de Âmbito Nacional

☞ Tanto na pista coberta como no ar livre, as nossas equipas seniores femininas e masculinas voltaram a marcar presença na I Divisão. Na pista coberta, a equipa feminina ficou no 5º lugar e a masculina no 6º lugar. Já no ar livre, a equipa feminina sagrou-se vice-campeã nacional, enquanto a masculina alcançou o sétimo lugar.

5.1. Campeonatos Nacionais de Clubes em Pista Coberta

As equipas do Juventude Vidigalense voltaram a marcar presença na I Divisão nacional, em Pombal, onde alcançaram um quinto lugar para o lado feminino e sexto para o lado masculino.

5.2. Campeonatos Nacionais de clubes ao ar livre

No Campeonato Nacional de Clubes da I Divisão, prova disputada em Viana do Castelo, a nossa equipa feminina alcançou um brilhante segundo lugar, apenas superada pela superequipa do Sporting Clube de Portugal. Já a equipa masculina ficou no sétimo lugar da competição, numa luta acesa até ao final.

5.3. Campeonatos Nacionais

O JV tem sido uma presença assídua nos pódios coletivos nacionais de pista. Fazendo o balanço de todos os Campeonatos Nacionais em que o clube esteve envolvido, subimos por 12 vezes ao pódio, contabilizando 2 títulos nacionais.

Tabela 5. - Classificações Coletivas da JV nos Campeonatos Nacionais

Competição	Classificação	
	Masculinos	Femininos
Campeonato Nacional de Sub-18 em Pista Coberta	1 Juventude Vidigalense 2 Sporting CP 3 SL Benfica	1 Sporting CP 2 SL Benfica 3 Juventude Vidigalense
Campeonato Nacional de Sub-20 em Pista Coberta	1 Sporting CP 2 SL Benfica 3 Juventude Vidigalense	1 Sporting CP 2 Juventude Vidigalense 3 Benfica
Campeonato Nacional de Esperanças em Pista Coberta	1 Sporting CP 2 SL Benfica 3 Juventude Vidigalense	1 SL Benfica 2 Sporting CP 3 Juventude Vidigalense
Campeonato Nacional de Juvenis	1 Juventude Vidigalense 2 Sporting CP 3 C. Atletismo do Porto	1 Sporting CP 2 Juventude Vidigalense 3 C F Oliveiras Douro
Campeonato Nacional de Juniores	1 Sporting CP 2 Juventude Vidigalense	1 Sporting CP 2 Juventude Vidigalense

Campeonato Nacional de Esperanças	3	SL Benfica	3	SL Benfica
	1	Sporting CP	1	Sporting CP
	2	Juventude Vidigalense	2	SL Benfica
	3	SL Benfica	3	Juventude Vidigalense

Na Campanha Viva o Atletismo, promovida pela Federação Portuguesa de Atletismo, o JV voltou a estar em grande evidência no panorama nacional, ao vencer coletivamente duas das quatro provas existentes, o Triatlo e o Atleta Completo. No Salto em Altura alçámos o segundo lugar, já no Quilómetro Jovem ficámos num honroso quinto lugar.

Tabela 6. - Classificações Coletivas da Campanha Viva Atletismo

Competição	Classificação	Associação
Triatlo Técnico	1 Juventude Vidigalense	Leiria
	2 Clube F. Oliveira Douro	Porto
	3 Associação Papa-Légua	Braga
Atleta Completo	1 Juventude Vidigalense	Leiria
	2 Sporting C. Portugal	Lisboa
	3 Clube F. Oliveira Douro	Porto
Salto em Altura em Sala	1 Sporting C. Portugal	Lisboa
	2 Juventude Vidigalense	Leiria
	3 Associação Papa-Légua	Braga
Quilómetro Jovem	1 Ass. Desp. Núcleo Oeiras	Lisboa
	2 Esc. Atl. Rosa Oliveira	Braga
	5 Juventude Vidigalense	Leiria

6. Competições de Âmbito Distrital

- ☞ O clube conquistou mais de três de dezenas de títulos coletivos a nível distrital;
- ☞ Obteve 207 títulos individuais de campeões distritais;
- ☞ Os atletas da JV juntaram mais oito recordes distritais à já vasta coleção do clube nos registos da Associação. Além disso, representaram várias vezes as seleções distritais.

Tal como vinha acontecendo em anos anteriores, o domínio distrital continua a pertencer ao Juventude Vidigalense, tanto a nível coletivo como individual.

6.1. Títulos Coletivos

Ao nível dos Campeonatos Distritais de Pista Coberta e ao Ar Livre, o JV alcançou com 25 títulos ao longo da época.

Tabela 7. - Classificações Coletivas Distritais do JV

Competições	Classificação	
	Masculinos	Femininos
Campeonato Distrital de Sub-18 em Pista Coberta <i>Pombal, 07 e 08 de janeiro de 2023</i>	1º equipa	1º equipa
Campeonato Distrital de Sub-20 em Pista Coberta <i>Pombal, 14 e 15 de janeiro de 2023</i>	1º equipa	1º equipa
Campeonato Distrital Absoluto em Pista Coberta <i>Pombal, 21 e 22 de janeiro de 2023</i>	1º equipa	1º equipa
Triatlo Técnico Distrital <i>Pombal, 5 de fevereiro de 2023 (sub-14 e sub - 16)</i>	1º equipa	
Campeonato Distrital de Corta-Mato Longo <i>Caldas da Rainha, novembro de 2023</i>		1º Sub-18
Campeonato Distrital de corta-mato curto (Absolutos) e longo Sub-14 e Sub-16	1º equipa Sub-14 1º equipa Sub-16	
Km Jovem Distrital <i>Pombal, 19 de março de 2023</i>	1º equipa	
Campeonato Distrital Sub-20 <i>Leiria, 8 e 9 de julho de 2023</i>	1º equipa	1º equipa
Campeonato Distrital de Sub-18 <i>Pombal, 10 e 11 de junho de 2023</i>	1ª equipa	
Campeonato Distrital de Absolutos <i>Marinha Grande, 03 e 04 de junho 2023</i>	1ª equipa	1ª equipa
Atleta Completo Distrital <i>Pombal, 15 e 16 de abril de 2023</i>	1º equipa	
Campeonato Distrital Sub-14 <i>Leiria, 17 e 18 de junho de 2023</i>	1º equipa	1º equipa
Salto em Altura em Sala Distrital <i>Batalha, de 2023</i>	1º equipa	
Campeonato Distrital de Sub-16 <i>Leiria, 15 e 16 de julho de 2023</i>	1º equipa	1º equipa
Campeonato Distrital de Sub-18 em Pista Coberta <i>Pombal, 07 e 08 de janeiro de 2023</i>	1º equipa	
Campeonato Distrital de Sub-20 em Pista Coberta <i>Pombal, 14 e 15 de janeiro de 2023</i>	1º equipa	1º equipa

6.2. Títulos Individuais

O JV alcançou um total de cento e noventa e um (191) títulos distritais, mais um excelente registo para a história do clube.

Continuamos a confirmar o nosso estatuto de potência distrital, destrancando-nos tanto em pódios distritais como em quantidade de atletas mobilizados para as competições.

Tabela 8. – Atletas da JV Campeões Distritais na época de 2022/2023

Competição	Campeões			
	Masculinos	Provas	Femininos	Provas

Campeonato distrital de marcha em estrada Porto de mós, 15 de janeiro de 2023	Eduardo Camarate Pedro Almeida	10km 4km	Bruna Marques	20km
Campeonato Distrital de corta-mato curto (Absolutos) e longo Sub-14 e Sub-16	André Silva Lucas Morgado João Fernandes	Absoluto e sub-23 Sub-12 Sub-16	Camila Santos Carolina Brígido	Sub-12 Sub-14
Campeonato Distrital de Sub-18 em Pista Coberta <i>Pombal, 07 e 08 de janeiro de 2023</i>	Denis Hrabar João Mota João Mota Luca Cruz Nuno Cordeiro Eduardo Camarate Denis Hrabar	Peso 200m 60m Vara 1500m 5000m Marcha 60mbr	Laura Baltazar Katerina Quinn Katerina Quinn Carlota Ferreira Nadine Pires Sofia Santos Sofia Santos Sara Brites Maria Gomes Matilde Joaquim Miriam Machado Alessandra Santos	Peso 200m Triplo 1500m Vara Comprimento 300m 60mbr 4x200m
Campeonato Distrital de Sub-20 em Pista Coberta <i>Pombal, 14 e 15 de janeiro de 2023</i>	Eduardo Camarate Afonso Marques Nuno Cordeiro Tiago Jorge Tiago Gama Francisco Calhau Alexandr Babych	5000m Marcha Triplo 800m 4x200m 3000m Altura Peso 200m	Luana Figueira Carlota Ferreira Vera Goucha Ana Reis Vera Goucha Eduarda Silva Margarida Santos Mariana Vidinha	Altura 1500m Peso Triplo 60mbr 3000m Comprimento 800m
Campeonato Distrital de Provas Combinadas em Pista Coberta <i>Pombal, 17 e 18 de dezembro de 2023</i>	Denis Hrabar Diogo Meneses	Heptatlo (sub-18) Heptatlo (sub-23)	Raquel Lourenço	Pentatlo
Campeonato Distrital Absoluto em Pista Coberta <i>Pombal, 21 e 22 de janeiro de 2023</i>	Alexandre Babych Simão Pereira Tomás Palma Lucas Dias David Gregório Afonso Marques Nuno Cordeiro	200m Altura 1500m 60m 5000m marcha Triplo Salto 800m 4x400m	Sofia Duarte Luana Figueira Sofia Santos Laura Baltazar Filipa Dinis Sofia Duarte Darya Melnyk Luana Figueira Darya Melnyk	800m Comprimento 200m Peso Vara 400m 1500m Altura 3000m
Triatlo Técnico Distrital <i>Pombal, 5 de fevereiro de 2023 (sub-14 e sub-16)</i>	Rafael Morgado	Sub-16	Lara Simões Katerina Quinn	Sub-14 Sub-16
Campeonato Distrital de Lançamentos Longos <i>Leiria, 26 de março de 2023 (martelo, disco e dardo sub-14 e sub-16)</i> <i>Leiria, 04 e 05 de fevereiro de 2023</i>	José Martins Salvador Meneses Nikita Myroshnyk Rafael Morgado Rafael Dias Pedro Almeida Francisco Calhau Francisco Calhau Carlos Malaquias Ruben Santos	Martelo (sub-14) Dardo (sub-14) Martelo (sub-16) Dardo (sub-18) Dardo (sub-16) Disco (sub-16) Disco (sub-20) Martelo (sub-20) Martelo Dardo	Liliana Teotónio Lara Simões Carolina Caseiro Raquel Gomes Helena Alípio Beatriz Silva	Martelo (sub-16) Martelo (sub-14) Dardo Disco Martelo (sub-18) Martelo
Campeonato Distrital de Corta-Mato Longo <i>Caldas da Rainha, novembro de 2023</i> Km Jovem Distrital <i>Pombal, 19 de março de 2023</i> Campeonato Distrital de Sub-18 <i>Pombal, 10 e 11 de junho de 2023,</i>	André Silva João Fernandes Nuno Cordeiro Luca Cruz Francisco Calhau João Martins João Santos Tiago Jorge David Gregório Denis Hrabar Ernesto Rodrigues Vadym Skafarik Denis Hrabar Salvador Oliveira Nikita Myroshnik Eduardo Camacho	Absolutos e Sub-23 Sub-16 Sub-18 Vara 100m 5000m marcha Comprimento 3000m 110mbr. Disco Estafeta 4x100m Estafeta Medley	Carlota Ferreira Benvinda Santos Carolina Brígido Carlota Ferreira Camila Patraboy Daniela Taralunga Alessandra Santos Sofia Santos Katerina Quinn Katerina Quinn Laura Baltazar Carlota Ferreira Miriam Machado Leonor Ascenso Katerina Quinn Sofia Santos Sara Brites	Sub-18 Absolutos Sub-14 Sub-18 Martelo Vara Altura 300m 100m 200m Peso 3000m 300m bar. Triplo Estafeta 4x100m

	Diogo Ramalho Pedro Marcelino		Leonor Ascenso Anabela Pacheco Filipa Monteiro Alessandra Santos Matilde Silva	Estafeta Medley
Olímpico Jovem Distrital <i>Marinha Grande, 6 e 7 de maio de 2023</i>	Pedro Almeida Rafael Morgado Rafael Morgado Nikita Miroshnyk Rafael Morgado Pedro Almeida João Mota Salvador Oliveira Salvador Oliveira Vadym Skafaryk Leonardo Jacinto João Fernandes Nikita Miroshnyk	Disco (sub-16) Vara (sub-16) 100m bar. (sub-16) Peso (sub-16) Dardo (sub-16) 4000m Mar (sub-16) 100m (sub-18) 80m (sub-16) Comp (sub-16) Comp (sub-18) 1500m (sub-18) 1500mObs (sub-16) Martelo (sub-16)	Sofia Chemyrys Sofia Carvalho Matilde Silva Katerina Quinn Carlota Ferreira Katerina Quinn Marta Feliciano Sara Brites Alessandra Santos Marta Feliciano Daniela Taralunga	Disco (sub-16) Martelo (sub-16) Vara (sub-16) 80m (sub-16) 1500m (sub-18) Quádruplo (sub-16) 80mbr (sub-16) 300mbr (sub-18) Altura (sub-16) 250m bar. (sub-16) Altura (sub-18)
Campeonato Distrital de Absolutos <i>Marinha Grande, 03 e 04 de junho 2023</i>	Tiago Jorge Tiago Gama Afonso Martins Diogo Camacho Tiago Pereira Rafael Pereira Wilson Martins Daniel Rizzi Alexandre Babych Afonso Marques André Silva Vadym Skafaryk Rafael Pereira Tiago Pereira Afonso Martins Diogo Camacho	1500m Altura 4x100m 100m Dardo 200m Triplo 5000m Comprimento 4x400 	Luana Figueira Carolina Castro Margarida Batista Catarina Ribeiro Luísa Dinis Filipa Moita Raquel Gomes Catarina Silva Sofia Santos Andreia Pingueiro	Altura 100m 4x100m Peso Vara 200m 800m
Campeonato Distrital de marcha em pista <i>Leiria, 16 de junho de 2023</i>	Tiago Domingues David Gregório	Sub-14 Sub-20		
Campeonato Distrital de Sub-14 <i>Leiria, 17 e 18 de junho de 2023</i>	José Martins Salvador Meneses Tomás Lopes Eduardo Santos Tiago Domingues Rodrigo Oliveira Tiago Domingues José Martins Tomás Lopes Tiago Domingues Francisco Atafona	Martelo 60mbr Peso Quádruplo 3000m Marcha Estafeta 4x60m Estafetas Mistas	Carolina Brígido Lara Simões Lara Simões Lara Simões Helena Teixeira Carolina Silva Margarida Godinho Madalena Salgueiro Margarida Feliciano Sara Oliveira Leonor Leal Lara Simões Margarida Godinho	600m Comprimento Martelo 60m Peso 60m bar. 150m 4x60m Estafetas Mistas
Atleta Completo Distrital <i>Pombal, 15 e 16 de abril de 2023</i>	Salvador Oliveira	Heptatlo (sub-16)	Lara Simões	Sub-14
Campeonato Distrital de provas convidadas <i>Marinha Grande, 13 e 14 de maio de 2023</i>	Denis Hrabar	Decatlo (Sub-18)	Sara Brites Vera Goucha	Heptatlo (Sub-18) Heptatlo (Sub-20)
Campeonato Distrital Sub-20 <i>Leiria, 8 e 9 de julho de 2023</i>	Miguel Saldanha João Martins Francisco Calhau Leonardo Jacinto Ernesto Rodrigues Daniel Rizzi Nuno Cordeiro Luca Cruz João Martins Francisco Calhau	400mbr Altura Peso 1500m 100m Dardo 400m Vara Comprimento 4x100m Martelo	Filipa Dinis Luana Figueira Lara Duarte Sara Brites Beatriz Cordeiro Vera Goucha Eduarda Silva Sofia Santos Beatriz Silva	Vara Altura 200m 400mbr Dardo Comprimento 1500m 100m Martelo

6.3. Recordes Distritais

Nesta época os atletas do JV bateram recordes distritais, nos 800m Nuno Cordeiro no Festival Olímpico da Juventude Europeia em Maribor no dia 24/07/2023 com a marca 1.52.67, nos 2.000 M obstáculos. Carlota Ferreira no torneio Ibérico em Leiria no dia 19/07/2023 com a marca de 7.06.82, na Milha Andreia Pingueiro na milha de cristal da Marinha Grande no dia 24/04/2023 com a marca de 5.05.46, Na Pista Coberta foram batidos x recordes distritais, nos 800m no escalão sub-18 e sub-20 Nuno Cordeiro em Pombal no dia 11/02/2023 com a marca de 1.53.96, nos 1500m no escalão sub-18 e sub-20 Nuno Cordeiro em Pombal no dia 25/02/2023 com a marca de 3.59.42, nos 800m no escalão sub-23 Sofia Duarte em pombal no dia 04/03/2023 com a marca de 2.08.11, nos 4 x 400m a estafeta composta por Joana Gameiro, Vera Goucha, Mariana Vidinha e Sofia Duarte em pombal no dia 5/03/2023 com a marca 3.55.97.

Tabela 9 – Atletas da JV que bateram Recordes Distritais na época de 2022/2023

Escalão	Novo Recordista	
Juvenis	Nuno Cordeiro	800m ar-livre
	Nuno Cordeiro	800m pista coberta
	Nuno Cordeiro	1500m pista coberta
	Carlota Ferreira	2000m Ob
Juniores	Nuno Cordeiro	800m pista coberta
		1500m pista coberta
	Vera Goucha	4x400m
	Joana Gameiro	
	Mariana Vidinha	
	Sofia Duarte	
Sub-23	Sofia Duarte	800m pista coberta
Senior	Andreia Pingueiro	Milha

7. Eventos de Alta e Média Competição

7.1. Taça da Europa de Lançamentos

Em 2023, o Juventude Vidigalense voltou a levar a cabo a Taça da Europa de Lançamentos nos dias 11 e 12 de março, um evento realizado em coordenação com a European Athletics e muito importante para a dinamização do desporto na cidade de Leiria.

Apesar da chuva que se foi fazendo sentir, sobretudo no primeiro dia, o segundo dia contribuiu para que o evento fosse realizado com sucesso.

Mais uma vez esta foi uma competição que teve grandes nomes do atletismo nacional e internacional, competiram cerca de três centenas de atletas de cerca de quatro dezenas de países, números impressionantes tendo em conta os constrangimentos que ainda eram aplicados à data do evento.

Os atletas corresponderam às expectativas e apresentaram-se ao mais alto nível, alcançando marcas de excelente nível e aproveitando este momento competitivo da melhor forma.

7.2. XXVIII Torneio Internacional de Lançamentos do Juventude Vidigalense



meeting - Portugal 23

A 29ª edição do Torneio Internacional de Lançamentos voltou a ser mais um sucesso desportivo. Esta edição considerou-se especial pelo facto de o torneio ter feito parte do circuito de

Nos dias 5 e 6 de agosto o Juventude Vidigalense levou a efeito mais este evento internacional, que juntou cerca de uma centena de lançadores de vários pontos do globo. Prova organizada no Centro Nacional de Lançamentos com provas destinadas aos escalões Sub-18 e Absoluto.

No escalão Sub-18, os vencedores foram:

Masculinos	Prova	Femininos
Hugo Pedrares (ESP) – 15,20m	Peso	María Caicedo (ECU) – 13,32m
Enzo Moure (ESP) – 57,95m	Dardo	Lara Suárez (ESP) – 47,53m
Hugo Pedrares (ESP) – 47,40m	Disco	Lafaete Saraiva (SCP) – 34,92m
Francisco Pereira (CAP) – 62,20m	Martelo	Andrea Vallés (ESP) – 64,75m

Na competição de ELITE, os vencedores foram:

Masculinos	Prova	Femininos
Tsanko Arnaudov (IND) – 20,11m	Peso	Auriol Dogmo (SCP) – 18,83m (MR)

Leandro Ramos (SLB) – 70,15m	Dardo	Cláudia Ferreira (SCP) – 52,39m
Juan José Caicedo – 62,86m	Disco	Denia Caballero (SCUT) – 63,90m
António Vital e Silva (SLB) – 67,50m	Martelo	Katrine Koch Jacobsen (DEN) – 71,32m

Foi uma excelente competição para os atletas presentes, proporcionando aos atletas vários Recordes Pessoais e Melhores Marcas da Época.

8. Eventos de Promoção e Captação

8.1. Convívio de Benjamins

O Juventude Vidigalense organizou no dia 13 de maio, a VIII Edição do Convívio de Benjamins, no Estádio Municipal de Leiria. Este ano conseguimos repetir o nosso recorde de participantes, contando com cerca de 150 crianças oriundas de 10 clubes: Clube de Atletismo de Marinha Grande, Clube de Atletismo Mónica Rosa, Associação Cultural Desportiva e Recreativa Arneirense, Núcleo do Desporto Amador de Pombal, Atlético Clube da Batalha, Juventude Vidigalense, Clube de Atletismo da Nazaré, Grupo Desportivo das Pedreiras, Centro Popular e Recreativo de A-do-Barbas e Bairro dos Anjos.

Foi sem dúvida uma manhã desportiva cheia de diversão e alegria para todas as crianças, passando por várias estações com atividades jogadas do atletismo: Corrida de Sacos em Estafeta, Cross Hopping, Triplo Step, 30 metros barreiras, Estafeta Gincana (Agilidade e Coordenação), Estafeta Canhão – “Equipa que lança mais longe”, Lançamento de Precisão - “Tiro ao Alvo”, Estafeta Divertida (8x50 metros).

8.2. Torneio Mini Craque

O Juventude Vidigalense organizou no dia 17 de junho, a XIV edição do Torneio Mini Craque, juntando cerca de 300 alunos de várias escolas do concelho.

Foi um dia onde os resultados ficaram para o segundo plano, sendo que a possibilidade de muitas destas crianças entrarem pela primeira vez no Estádio Municipal de Leiria e experimentarem o atletismo com tanta alegria e entusiasmo tornou-se gratificante para quem realiza e para quem assiste, tendo a possibilidade de participar

nas seguintes atividades: velocidade (40 metros), lançamento do Vortex, salto em comprimento e resistência (400 metros).

Esta foi mais uma jornada de promoção do atletismo, incluída nos eventos de promoção do Juventude Vidigalense, e cuja coordenação se deve sobretudo ao Prof. Nataniel Lopes.

Sendo um evento que não é exclusivo do JV, deixamos os nossos sentidos agradecimentos aos nossos parceiros e patrocinadores que uma vez mais contribuíram de modo significativo para o sucesso do evento: Câmara Municipal de Leiria, Associação Distrital de Atletismo de Leiria, Papelaria Americana, Associação Tempos Brilhantes, Liz Sport.

Participaram as seguintes escolas: Colégio Conciliar Maria Imaculada, Colégio Nossa Senhora de Fátima, Agrupamento de Escolas D. Dinis, Agrupamento de Escolas Domingos Sequeira, Agrupamento de Escolas de Marrazes e Agrupamento de Escolas Dr. Correia Mateus.

9. Atividades Complementares

9.1 Programa de Ocupação de Férias

O “Programa de Ocupação de Férias” é um projeto destinado a crianças com idades entre os 6 e os 17 anos e visa a ocupação saudável dos tempos livres nas férias do Verão. Atendendo a que muitos jovens não têm como ocupar o seu tempo livre durante as férias de Verão, este projeto visa proporcionar aos jovens um conjunto de atividades, com o intuito de os ajudar a ocupar os seus tempos livres de uma forma mais dinâmica e divertida. Integram neste programa diversas atividades desportivas (atletismo, futebol, basquetebol, voleibol, etc.), bem como outras de caráter mais lúdico (passeios na praia, jogos tradicionais, visitas culturais, sessões de cinema, prova de orientação, etc.).

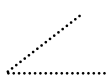


De uma forma geral, pretende-se proporcionar um conjunto de experiências novas, desenvolver neles o gosto pelo desporto em geral e, ainda, transmitir um leque abrangente de valores sociais, tais como: o companheirismo, a amizade, o espírito de partilha e a dedicação.

O Juventude Vidigalense levou, mais uma vez, a cabo o Programa de Ocupação de Férias que teve uma duração de 4 semanas, com seu início a 3 de Julho e o seu término a 4 de Agosto.

As atividades tiveram o acompanhamento e supervisão dos Técnicos Nataniel Lopes (Licenciado em Ensino do 1º Ciclo de Ensino Básico e em Desporto e Bem-Estar na ESECS – Leiria, e ainda Mestre em Atividade Física com Crianças e Jovens), Pedro Carvalho (Licenciado em Desporto e Bem-Estar na ESECS – Leiria), André Silva (Licenciado em Desporto e Bem-Estar na ESECS – Leiria) e Érica Mendes (Estudante da Licenciatura de Fisioterapia na ESSLEI – Leiria).

9.2 Atividade Diretiva



- ☞ **Acolhimento de estágios curriculares de várias instituições;**
- ☞ **Continuidade na gestão do Centro Nacional de Lançamentos de Leiria.**

9.3 Departamento Médico

O Departamento Médico do Juventude Vidigalense funcionou durante o ano de 2023 de forma diferente do que tem sido habitual.

Tendo em conta que as lesões e/ou condições patológicas dos desportistas são um forte impulsionador do abandono precoce dos atletas ou da sua estagnação em termos de resultados desportivos, torna-se fulcral, tendo em conta a trajetória do clube, a existência do Departamento Médico de forma a dar resposta a estas questões. As instalações e os serviços prestados estão estruturados de forma a proporcionar o máximo conforto, tranquilidade e confiança aos seus utentes.

9.4 Centro Nacional de Lançamentos

O Município de Leiria protocolou a gestão do Centro Nacional de Lançamentos ao Juventude Vidigalense, desde janeiro de 2013. A gestão e manutenção desta instalação desportiva, de acordo com o contrato-programa de desenvolvimento desportivo, visa proporcionar regularmente à população em geral diversas atividades. Assim, mensalmente o clube teve uma ampla variedade de ofertas desportivas desde Atividades em Família, a Torneios de Voleibol ou Futebol, Caminhadas, entre outras atividades.

9.5 Projeto Erasmus +

Com o objetivo de criar sinergias entre entidades internacionais, o Juventude Vidigalense associou-se a um projeto Erasmus+. Como parceiras estão clubes/federações da Finlândia, Dinamarca e Suécia.

Por forma a criar uma ligação maior entre todos os intervenientes, durante 2021 e 2022 foram organizados vários seminários nos países associados, onde cada equipa deu o seu contributo tendo como base uma temática previamente determinada.

B. PLANO DE ATIVIDADES PARA 2024

1. Academia

- Aumentar o número de praticantes, para que a base de trabalho para a competição seja cada vez mais alargada;
- Investir em enquadramento técnico qualificado, assim como na qualificação do enquadramento técnico já existente;
- Apostar em momentos de captação de jovens talentos, promovendo a atividade desportiva nas escolas e nos principais eventos da região;
- Promover momentos competitivos formais e/ou informais para os mais jovens, por forma a completar o calendário competitivo para os mais novos;
- Continuar o desenvolvimento do Projeto Sub-18, que muitos títulos nacionais nos tem dado, por forma a potenciar o bom trabalho de formação que temos vindo a desenvolver;
- Conforme o Projeto Sub-18, e aproveitando a implementação do Campeonato Nacional de Sub-16, criar o Projeto Sub-16 com o intuito de preparar os nossos Sub-16 da melhor forma possível para o evento;
- Continuar o domínio nas competições associadas à Campanha Viva o Atletismo;
- Dominar em termos de números de atletas e resultados todas as competições distritais;
- Continuar com a organização de eventos de sucesso para captação de jovens e promoção da modalidade, como Mini-Craque e Convívio de Benjamins JV.

2. Competição

- Continuar a fazer parte da I Divisão Nacional de Atletismo tanto no setor masculino como no feminino;
- Continuar a disputar os pódios da I Divisão de Atletismo;
- Consolidar a aposta em jovens talentos da nossa formação nas equipas principais;
- Organizar um calendário competitivo aliciante não apenas para os nossos atletas, mas também para que possamos ter cada vez mais atletas de nível

nacional e internacional a competir em Leiria: Jornadas de Lançamentos e Torneio Internacional de Lançamentos;

- Procurar alcançar o pódio em todas as competições nacionais de pista de cariz coletivo (Sub-20 e Sub-23);
- Alcançar o maior número de medalhas nacionais possível;
- Aumentar o número de internacionais a praticar a modalidade no clube;
- Melhorar o apoio a atletas e treinadores com resultados de relevo para que consigam ter oportunidades aproximadas ao alto rendimento, seja em contexto de treino seja competitivo.

3. Lazer e Bem-estar

- Aumentar o número de ofertas desportivas na vertente das atividades ao longo da vida sem objetivo de rendimento;
- Aumentar o número de utilizadores no Centro Desportivo de Marcha e Corrida, e Treino Personalizado;
- Aumentar o número de horários dos grupos de Centro Desportivo de Marcha e Corrida;
- Arrancar com projeto de treino à distância essencialmente com o objetivo de chegarmos à população em geral apaixonada pela corrida;
- Melhorar as condições de treino existentes até ao momento para esta população (mais treinos no estádio e/ou melhorar condições no CNL).

4. Áreas de Intervenção

- Conseguir fazer a ligação das ofertas desportivas com a área da saúde (Centro de Medicina Desportiva, Centros de Saúde, etc);
- Fazer parcerias/protocolos com entidades/instituições que nos permitam melhorar as condições de treino e/ou competição: Protocolo com Agrupamento de Escolas Domingos Sequeira, Protocolo com ADAL, Protocolo com Sporting Clube de Portugal, etc.;
- Promover Formações Internas de Treinadores por forma a potenciar o funcionamento da estrutura;

- Aproximar os pais das dinâmicas do clube, seja de cariz desportivo ou de convívio, para que consigamos potenciar a intervenção que cada um pode dar no desenvolvimento do clube;
- Continuar a melhorar e apetrechar as instalações utilizadas pelo clube de material para que o trabalho no terreno seja cada vez mais efetivo;
- Potenciar a utilização do Departamento Médico na área desportiva através de testes e intervenção no terreno;
- Procurar ter acesso a mais estágios de recursos humanos para a área do treino, por forma a termos uma base de dados mais alargada de recursos em caso de necessidade.

C. CONCLUSÃO

Os feitos alcançados pelo clube, aqui descritos anteriormente, são um motivo de orgulho para todos os intervenientes que, direta ou indiretamente, estiveram envolvidos neste projeto e se entregaram com garra e determinação dando o melhor de si. Dirigentes, técnicos, familiares, sócios, amigos e atletas elevam o clube para patamares de excelência nos resultados nacionais e internacionais, na organização de eventos e mais importante na formação desportiva de jovens.

Pretendemos continuar a crescer não apenas em quantidade, mas, sobretudo, no que respeita à qualidade do trabalho desenvolvido, permitindo que o desporto possa abranger uma população cada vez mais alargada e que se cumpra a nossa máxima: 'Um Clube para Todos'.