



Relatório de Atividades 2023/2024
Plano de Atividades 2024/2025

INTRODUÇÃO

O Juventude Vidigalense tem desenvolvido, ao longo das últimas três décadas, um projeto desportivo de sucesso, com uma trajetória ascendente e sustentada. A cada época, os feitos dos nossos atletas, treinadores e dirigentes reforçam o crescimento e a afirmação do clube no panorama do atletismo nacional, motivo de grande orgulho para toda a estrutura.

Nesta temporada, as nossas equipas voltaram a destacar-se em todos os escalões, conquistando pódios em todas as competições nacionais, desde os Sub-18 até à I Divisão Nacional Sénior. Paralelamente, atletas e treinadores continuam a ser presença regular nas seleções nacionais e a figurar entre os melhores de sempre da modalidade em Portugal, prova inequívoca da qualidade do trabalho desenvolvido no clube.

Para além do alto rendimento, o Juventude Vidigalense mantém o compromisso de promover a prática desportiva para todos, através do Centro Desportivo de Marcha e Corrida (CDMC) de Leiria e do desenvolvimento do programa de Treino Personalizado.

A gestão do Centro Nacional de Lançamentos (CNL) continua a ser uma prioridade, com um investimento crescente na sua dinamização e na qualificação das condições de treino. Este espaço tem sido cada vez mais procurado por atletas, federações e outras entidades que reconhecem a excelência das infraestruturas.

Para além do desempenho desportivo, a nossa estrutura reafirmou a sua competência na organização de grandes eventos nacionais e internacionais. O clube voltou a ser palco da prestigiada Taça da Europa de Lançamentos e do Torneio Internacional de Lançamentos, que atraiu inúmeros atletas de renome em busca de marcas de relevo internacional. A nível regional, o Mini Craque voltou a ser um evento de grande sucesso, promovendo a modalidade entre os mais jovens e fortalecendo a ligação com a comunidade.

Índice

INTRODUÇÃO.....	2
A. RELATÓRIO DE ATIVIDADES DA ÉPOCA DESPORTIVA DE 2023/2024.....	5
1. <i>Atividade Desportiva</i>	5
1.1. Atletas Federados.....	5
2. <i>Enquadramento Técnico</i>	6
2.1. Centro Desportivo de Marcha e Corrida.....	8
2.2. Treino Personalizado	8
3. <i>Competições Internacionais</i>	8
3.1. Seleções Nacionais	9
3.2. Outras Competições Internacionais	10
4. <i>Resultados Individuais de Âmbito Nacional</i>	12
4.1. Alto Rendimento	12
4.2. Competições Individuais	12
5. <i>Resultados Coletivos de Âmbito Nacional</i>	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	15
6. <i>Competições de Âmbito Distrital</i>	16
6.1. Títulos Coletivos	16
6.2. Títulos Individuais	17
6.3. Recordes	20
7. <i>Eventos de Alta e Média Competição</i>	21
7.1. Taça da Europa de Lançamentos.....	21
7.2. XXX Torneio Internacional de Lançamentos do Juventude Vidigalense	22
8. <i>Eventos de Promoção e Captação</i>	23
8.1. Convívio de Benjamins	23
8.2. Torneio Mini Craque	24
9. <i>Atividades Complementares</i>	25
9.1. Programa de Ocupação de Férias.....	25
9.2. Atividade Diretiva.....	26
9.3. Departamento Médico	26
9.4. Centro Nacional de Lançamentos.....	27
B. PLANO DE ATIVIDADES PARA 2025	29
C. CONCLUSÃO	32

A. RELATÓRIO DE ATIVIDADES DA ÉPOCA DESPORTIVA DE 2023/2024

1. Atividade Desportiva

1.1. Atletas Federados

- ☞ Filiámos 251 atletas, 123 do género masculino e 128 do género feminino.
- ☞ Continuámos a ser um dos clubes do país com mais praticantes filiados.

Apesar de não termos registado o crescimento exponencial de praticantes que ambicionávamos, temos sido eficazes na forma como organizamos e preparamos a estrutura para esse crescimento. No entanto, o decréscimo no número de atletas é uma preocupação real, e torna-se essencial intensificar os esforços para inverter esta tendência. O nosso objetivo passa por recuperar e superar os números de anos anteriores, reafirmando o Juventude Vidigalense como uma referência na captação e desenvolvimento de talentos na modalidade.

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

Tabela 1 – Atletas filiados pela JV em 2023/2024

Escalão	Masculinos	Femininos	Total
Benjamins A	19	17	36
Benjamins B	11	12	23
Sub-14	19	27	46
Sub-16	17	23	40
Sub-18	19	15	34
Sub-20	12	13	25
Sub-23	11	10	21
Seniores	13	11	24
Veteranos	2	0	2
Totais	123	128	251

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: Miguel Carreira, Rodolfo Sousa e Patrícia Fernandes

A nossa equipa técnica pauta-se por um trabalho rigoroso, sustentado cientificamente e em constante evolução. Temos vindo a aperfeiçoar o nosso modelo numa lógica de aprendizagem e reflexão contínuas, garantindo a qualidade da estrutura técnica e a consequente otimização do desempenho dos nossos atletas.

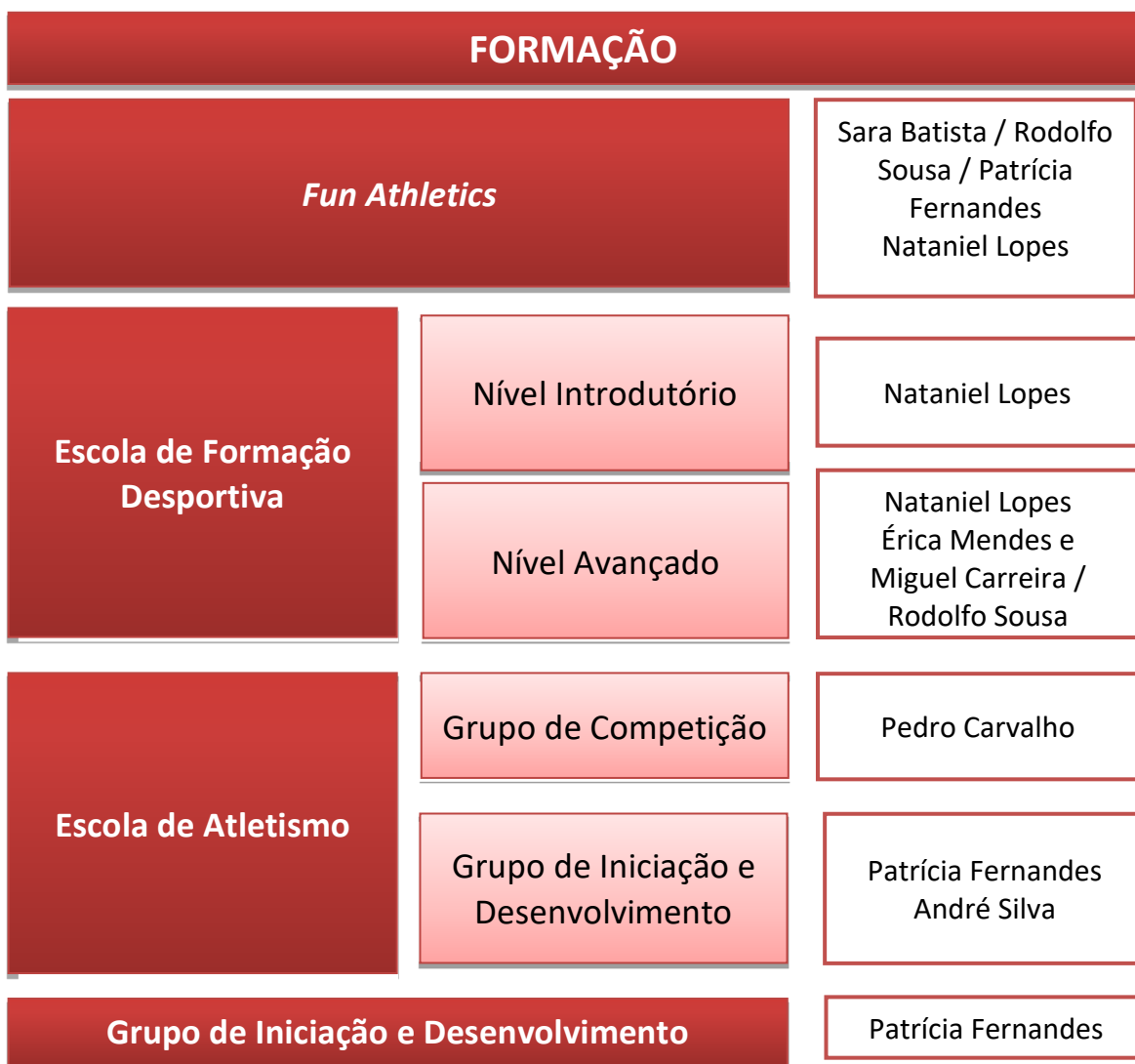
A Direção Desportiva voltou a ser liderada pelo treinador João Bernardo, agora com um enfoque especial nas dinâmicas do setor de competição, acumulando ainda a função de responsável pelo setor de Meio Fundo. O setor de Formação manteve a coordenação dos técnicos Nataniel Lopes e Pedro Carvalho, responsáveis pela Escola de Formação Desportiva e pelo Grupo de Iniciação e Desenvolvimento, respetivamente, sob supervisão do Diretor Desportivo.

Na estrutura de formação, mantivemos o modelo da época anterior, assegurando a continuidade e o desenvolvimento das bases motoras essenciais. O trabalho no Fun Athletics focou-se no desenvolvimento de habilidades fundamentais como correr, saltar, arremessar e trepar, bem como na agilidade e coordenação, sendo conduzido pelos técnicos Nataniel Lopes, Sara Batista, Rodolfo Sousa e Patrícia Fernandes.

A Escola de Formação Desportiva continua a ser uma aposta estratégica, promovendo uma abordagem multidesportiva que permite às crianças explorarem diversas experiências motoras, contribuindo para o seu desenvolvimento global e fomentando o gosto pela prática desportiva.

Já na Escola de Atletismo, mantivemos o princípio de agrupar os atletas não só com base nos seus objetivos e nível competitivo, mas também de acordo com a sua formação técnica e capacidades condicionais, garantindo uma evolução estruturada e ajustada às necessidades individuais de cada um.

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 integrou o Programa Nacional de Marcha e Corrida e inaugurou, em Leiria, o Centro Desportivo de Marcha e Corrida, tornando-se o primeiro clube a nível nacional a implementar e sustentar integralmente este projeto.



O Centro de Marcha e Corrida destina-se a toda a população, independentemente do nível de prática ou condição física, tendo como principal objetivo a integração dos praticantes na corrida e o desenvolvimento das suas capacidades físicas básicas.

Nesta época, iniciámos a atividade com dois grupos de treino, um no período da manhã e outro à tarde. No entanto, ao longo da temporada, verificámos que os treinos da manhã não estavam a ter o crescimento esperado. Face a essa realidade, optámos por cancelar essas sessões, concentrando a atividade apenas nos treinos da tarde. No total, foram integrados 48 praticantes – 32 do sexo feminino e 16 do sexo masculino –, com acesso a três sessões semanais de atividade física. Os treinos foram planeados e orientados pelos técnicos Nuno Baltazar e Daniel Dias.

Para minimizar o impacto das desistências por indisponibilidades temporárias, reintroduzimos o sistema de senhas, permitindo que os utentes comparecessem de forma esporádica, conforme a sua disponibilidade.

2.2. Treino Personalizado

Esta atividade é coordenada pelo técnico Pedro Carvalho, que ajusta a frequência e os conteúdos dos treinos de acordo com os objetivos individuais de cada utente. No segundo ano de funcionamento, o projeto cresceu de três para sete utilizadores, um aumento aquém do esperado. No entanto, acreditamos que este serviço tem um enorme potencial de crescimento, especialmente com um reforço na sua divulgação e um acompanhamento profissional de excelência, fatores essenciais para atrair e fidelizar mais praticantes.

3. Competições Internacionais

3.1. Seleções Nacionais

Ao longo da época, vários atletas do Juventude Vidigalense representaram Portugal em competições internacionais de grande prestígio, demonstrando a qualidade do trabalho desenvolvido no clube.

No Troféu Ibérico de Provas Combinadas em Pista Coberta, realizado em Ourense, Espanha, nos dias 16 e 17 de março de 2024, Denis Hrabar sagrou-se campeão no Heptatlo Sub-18, enquanto Vera Goucha alcançou um excelente 4.º lugar no Pentatlo Sub-20.

A atleta Raquel Gomes destacou-se ao representar Portugal em duas competições internacionais. No Campeonato do Mediterrâneo Sub-23, realizado em Ismalia, Egito, a 18 e 19 de maio de 2024, conquistou a medalha de prata no lançamento do disco, com a marca de 48,12 metros. Além disso, foi convocada para integrar a seleção nacional na Taça da Europa de Lançamentos, realizada em Leiria, nos dias 9 e 10 de março de 2024. Nesta competição, Raquel Gomes brilhou ao alcançar a 8.ª posição no lançamento do disco, com um melhor lançamento de 48,59 metros, e terminou na 6.ª posição no lançamento do peso.

Já no Campeonato da Europa Sub-18, realizado em Banska Bystrica, de 18 a 21 de julho de 2024, Denis Hrabar voltou a destacar-se ao alcançar um 4.º lugar no Decatlo, ficando muito perto do pódio.

Por fim, no Campeonato do Mundo Sub-20, que decorreu em Lima, Peru, de 27 a 31 de agosto de 2024, Eduardo Camarate competiu nos 10 000m marcha, terminando na 35.ª posição, enquanto Nuno Cordeiro alcançou o mesmo lugar nos 800m.

Apesar destas prestações meritórias, esta foi uma época com menos internacionalizações do que em anos anteriores, também devido ao facto de o calendário competitivo internacional ter apresentado menos oportunidades do que o habitual. Ainda assim, estas participações refletem não só o talento dos nossos atletas, mas também o compromisso do clube em preparar desportistas para competir ao mais alto nível.

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
Taça da Europa de Lançamentos <i>Leiria - POR, 9 e 10 de março de 2024</i>		Raquel Gomes 8ª classificada – Disco (sub-23)
Troféu Ibérico de Provas Combinadas em Pista Coberta <i>Ourense - ESP, 16 e 17 de março de 2024</i>	Denis Hrabar 1º Classificado – Heptatlo (sub-18)	Vera Goucha 4ª classificada – Pentatlo (sub-20)
Campeonato do Mediterrâneo Sub-23 <i>Ismalia – Egito, 18 e 18 de maio de 2024</i>		Raquel Gomes 2ª Classificada – Disco
Campeonato da Europa Sub-18 <i>Banska Bystrica, 18 a 21 de julho de 2024</i>	Denis Hrabar 4º Classificado – Decatlo	
Campeonato do Mundo Sub-20 <i>Lima, Peru - 27 a 31 de agosto de 2024</i>	Eduardo Camarate 35º Classificado – 10 000m marcha Nuno Cordeiro 35º Classificado – 800m	

3.2. Outras Competições Internacionais

O Juventude Vidigalense orgulha-se profundamente dos feitos internacionais alcançados por dois dos seus atletas em 2024, que representam o clube com elevada qualidade e determinação nas competições internacionais.

Nuno Cordeiro, um dos principais atletas do clube, destacou-se em várias competições internacionais ao longo do ano. No mês de março, participou na Track Night Vienna, em Viena, uma das provas mais prestigiadas de pista coberta, onde disputou os 800 metros na prova final 3. Nuno demonstrou uma preparação impecável, terminando em 1º lugar com um excelente tempo de 1:50.69 minutos, alcançando a sua melhor marca da temporada e reforçando a sua posição como um dos principais atletas de 800 metros da sua categoria. Este desempenho foi particularmente importante, pois garantiu-lhe a qualificação para a competição de Neudstadt, na Alemanha, onde competiu em busca de uma vaga para o Campeonato do Mundo de Sub-20. Em Neudstadt, Nuno manteve um nível de performance elevado, registando um notável tempo de 1:50.10 minutos, um desempenho que destaca ainda mais o seu talento e dedicação.

Por outro lado, Marco Teixeira teve a oportunidade de competir no Cross Internacional de Itália, uma das provas mais emblemáticas do circuito internacional de

corta-mato. A prova, realizada na histórica cidade romana de Santiponce, perto de Sevilha, contou com a participação de atletas de elevado nível, sendo um palco de destaque para a elite do atletismo mundial. Marco competiu na prova principal, terminando em 37º lugar com um tempo de 32:25 minutos, um resultado muito significativo tendo em conta a qualidade da concorrência. A sua participação em Itália foi uma excelente oportunidade para representar o Juventude Vidigalense a nível internacional e evidenciar o seu talento em competições de alta exigência.

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

Competição	Atleta / Disciplina / Classificação		
	Masculinos		Femininos
Cross Internacional de Itália Santiponce, 5 de novembro de 2023	Marco Teixeira	Corta-Mato 37º	
Track Night Vienna Viena, 22 de junho de 2024	Nuno Cordeiro	800m 1º	
36. Neustädter Läufermeeting Neudstad, 2 de agosto de 2023	Nuno Cordeiro	800m 4º	

4. Resultados Individuais de Âmbito Nacional

4.1. Alto Rendimento

Esta época, o Juventude Vidigalense teve três atletas a integrar o Programa de Apoio ao Rendimento (PAR) da Federação Portuguesa de Atletismo, Eduardo Camarate, Isa Ferreira e Nuno Cordeiro. Denis Hrabar integrou o Plano de Alto Rendimento do IPDJ, devido ao seu brilhante resultado no Campeonato da Europa Sub-18.

4.2. Competições Individuais

Esta época, o Juventude Vidigalense obteve boas prestações em várias disciplinas do atletismo, incluindo marcha, lançamentos longos e nas mais variadas provas de pista. A diversidade de medalhas conquistadas reflete o trabalho consistente da nossa equipa técnica. Ao todo, conquistámos 160 medalhas nacionais, distribuídas da seguinte forma: 42 de ouro, 58 de prata e 60 de bronze, evidenciando o sucesso e a competitividade do nosso trabalho ao longo da temporada.

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

Competição	Campeões	Prova	Vice-Campeões	Prova	3ºs Classificados	Prova
Campeonato Nacional de Marcha em Estrada <i>Porto de Mós, 07 de janeiro de 2024</i>	Eduardo Camarate	10 km marcha (Sub-20)				
Campeonato Nacional de Sub-18 em Pista Coberta <i>Braga, 03 e 04 de fevereiro de 2024</i>	Denis Hrabar Rafael Dias Salvador Oliveira António Vasconcelos João Mota	Heptatlo 4x200m	Alessandra Santos João Mota	Altura 60m	Rafael Morgado Leonor Ascenso	Heptatlo Triplo
Campeonato Nacional Universitário em Pista Coberta <i>Pombal, 03 e 04 de fevereiro de 2024</i>	Sofia Duarte Raquel Lourenço	800m 60m barreiras	Vera Goucha Gabriel Morim Tomás Rodrigues Bruna Santos	Peso 400m Peso Vara		
Campeonato Nacional de Marcha em Estrada – 20km <i>Olhão, 04 de fevereiro de 2024</i>	Eduardo Camarate	10 km (sub-20)			Isa Ferreira	10 km (sub-20)
Campeonatos de Portugal em Pista Coberta <i>Pombal, 17 e 18 de fevereiro de 2024</i>	Eduardo Camarate	5 000m marcha	Sofia Duarte	1500m	Sofia Duarte André Petriv João Pinto Tiago Pereira Gabriel Morim Joana Gameiro Lara Duarte Mariana Vidinha Sofia Duarte	800m 4x400m 4x400m

Campeonato Nacional de Sub-20 em Pista Coberta <i>Braga, 24 e 25 de fevereiro de 2024</i>	Filipa Dinis Vara		Vera Goucha Pentatlo Luca Cruz Vara Daniela Taralunga Vara Isa Ferreira 3 000m marcha Denis Hrabar Peso Marta Feliciano 4x400m Sara Brites Carolina Castro Katerina Quinn		
Campeonato Nacional de Lançamentos Longos <i>Vagos, 24 e 25 de fevereiro de 2024</i>	Sofia Chemyrys Nikita Miroshnyk	Dardo (sub-18) Martelo (sub-18)	Rúben Santos Dardo (sub-20)	Miguel Carreira	Martelo (sénior)
Campeonato Nacional de Sub-23 em Pista Coberta <i>Pombal, 02 e 03 de março de 2024</i>	Gabriel Morim 400m		Diogo Meneses Vara Eduardo Camarate 5 000m marcha Vera Goucha Peso Filipa Dinis Vara Sara Brites 4x400m Mariana Vidinha Carolina Castro Joana Gameiro	Raquel Gomes	Peso
Triatlo Técnico Nacional <i>Pombal, 09 de março de 2024</i>	Denis Hrabar	Triatlo (sub-18)			
<i>Olimpico Jovem Nacional</i> <i>Lagoa, 18 e 19 de maio de 2024</i>	João Mota Sofia Chemyrys Matilde Silva Denis Hrabar Pedro Marcelino	200m (sub-18) Dardo (sub-18) Vara (sub-16) Peso (sub-18) Dardo (sub-16)	Salvador Meneses 4x80m (sub-16) Eduardo Camacho 4x80m (sub-16) Pedro Marcelino Vara (sub-16)	Denis Hrabar Lara Simões Alessandra Santos Beatriz Silva Francisco Gregório Eduardo Camacho	Altura (sub-18) Triplo (sub-16) 80m (sub-16) Altura (sub-16) Dardo (sub-16) 4 000m marcha (sub-16) 300m (sub-16)
Campeonato Nacional Universitário <i>Beja, 25 e 26 de maio de 2024</i>	Filipa Dinis Carolina Caseiro Vera Goucha Raquel Gomes Raquel Lourenço	Vara Dardo Peso Disco 100m barreiras		Raquel Lourenço Raquel Gonçalves	Comprimento Peso
Campeonato Nacional Sub-16 <i>Viseu, 15 de junho de 2024</i>	Matilde Silva	Vara		Alessandra Santos Salvador Meneses Francisca Reis Eduardo Camacho Margarida Godinho Sofia Carvalho	Tetratlo 4x80m 4x80m 4x80m 4x80m Martelo
Campeonatos de Portugal <i>Coimbra, 29 e 30 de junho de 2024</i>			Raquel Lourenço 4x100m Carolina Castro 4x100m Lara Duarte 4x100m Joana Gameiro 4x100m	Ernesto Rodrigues 4x100m Diogo Camacho 4x100m João Pinto 4x100m 400m barreiras Tiago Pereira 4x100m Eduardo Camarate 10 000m marcha Danilo Pereira Triplo	
Campeonato Nacional Sub-18 <i>Beja, 06 e 07 de julho de 2024</i>	Denis Hrabar António Vasconcelos Rafael Dias Salvador Oliveira João Mota	Vara Peso 4x100m 4x100m 4x100m 4x100m	Rafael Morgado Decatlo Nikita Mirochnyk Martelo Lara Simões 4x100m Sofia Santos 4x100m Marta Feliciano 4x100m Katerina Quinn 4x100m Salvador Meneses Estafeta Medley António Estafeta Medley Vasconcelos Estafeta Medley Eduardo Camacho Estafeta Medley Denis Hrabar		

Campeonato Nacional de Sub-23 Lisboa, 20 e 21 de julho de 2024	Raquel Gomes	Disco	Rúben Santos	Dardo	André Petriv	Decatlo
	Filipa Dinis	Vara	Matilde Reis	4x100m	Luca Cruz	Vara
	Carolina Castro	4x100m	Lara Duarte	4x100m	Ernesto Rodrigues	4x100m
	Joana Gameiro	4x100m	Joana Gameiro	4x100m	Diogo Camacho	4x100m
		400m barreiras	Eduardo Camarate	10 000m marcha	Diogo Meneses	4x100m
		4x400m	Margarida Santos	Triplo	Tiago Pereira	4x100m
			Sara Brites	4x400m	Isa Ferreira	10 000m marcha
			Vera Goucha	4x400m		
Campeonato Nacional Sub-20 Viana do Castelo, 27 e 28 de julho de 2024	Vera Goucha	Heptatlo	Rúben Santos	Dardo	Nikita Miroshnyk	Martelo
	Luca Cruz	Vara	Pedro Rodrigues	5000m	Daniela Taralunga	Vara
	Filipa Dinis	Vara	Denis Hrabar	Peso	Tiago Jorge	3000m obstáculos
	Sofia Santos	4x100m			Ernesto Rodrigues	4x100m
	Carolina Castro	4x100m			João Mota	4x100m
	Marta Feliciano	4x100m			Rafael Dias	4x100m
	Katerina Quinn	4x100m				4x400m
	Eduardo Camarate	10 000m marcha			António Vasconcelos	4x100m
	Isa Ferreira	10 000m marcha				4x400m
					Nuno Cordeiro	800m
						4x400m
					Denis Hrabar	Triplo
						4x400m
					Marta Feliciano	4x400m
					Sofia Santos	4x400m
					Sara Brites	4x400m
					Carolina Castro	4x400m

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 3º lugar. Já no ar livre, ambas as equipas ficaram no 4º lugar.
- ☞ Nas provas nacionais de pista subimos a quase todos os pódios coletivos, somando 14 lugares.

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 terceiro para o lado masculino.

5.2. Campeonatos Nacionais de clubes ao ar livre

No Campeonato Nacional de Clubes da I Divisão, disputado em Viseu, as nossas equipas estiveram em excelente plano, com a equipa feminina e a equipa masculina a

conquistarem ambos um honroso quarto lugar, demonstrando a competitividade e a qualidade do nosso grupo até ao último momento da competição.

5.3. Campeonatos Nacionais

O Juventude Vidigalense 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 14 vezes ao pódio.

Tabela 5. - Classificações Coletivas da JV nos Campeonatos Nacionais

Competição	Classificação	
	Masculinos	Femininos
Campeonato Nacional de Sub-18 em Pista Coberta	1 SL Benfica 2 Juventude Vidigalense 3 Sporting CP	1 Sporting CP 2 Juventude Vidigalense 3 SL Benfica
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 Sporting CP 2 SL Benfica 3 Juventude Vidigalense
Campeonato Nacional de Clubes em Pista Coberta	1 SL Benfica 2 Sporting CP 3 Juventude Vidigalense	5 Juventude Vidigalense
Campeonato Nacional de Sub-16	1 Sporting CP 2 Juventude Vidigalense 3 SL Benfica	
Campeonato Nacional de Sub-18	1 Sporting CP 2 Juventude Vidigalense 3 SL Benfica	1 Sporting CP 2 SL Benfica 3 Juventude Vidigalense
Campeonato Nacional de Sub-20	1 Sporting CP 2 Juventude Vidigalense 3 SL Benfica	1 Sporting CP 2 Juventude Vidigalense 3 SL Benfica
Campeonato Nacional de Esperanças	1 Sporting CP 2 SL Benfica 3 Juventude Vidigalense	1 Sporting CP 2 Juventude Vidigalense 3 SL Benfica
Campeonato Nacional de Clubes	4 Juventude Vidigalense	4 Juventude Vidigalense

Na Campanha Viva o Atletismo, promovida pela Federação Portuguesa de Atletismo, o Juventude Vidigalense voltou a destacar-se a nível nacional, conquistando a vitória coletiva no Triatlo Técnico. Nas restantes provas, Atleta Completo e Salto em Altura, a nossa equipa alcançou o segundo lugar. O Quilómetro Jovem, que

anteriormente fazia parte desta iniciativa, já não integrou o programa desta época, no entanto, a classificação nacional continua a existir onde alcançámos o 8º lugar.

Tabela 6. - Classificações Coletivas da Campanha Viva Atletismo

Competição	Classificação	Associação
Triatlo Técnico	1 Juventude Vidigalense	Leiria
	2 Sporting C. Portugal	Lisboa
	3 Clube F. Oliveira Douro	Porto
Atleta Completo	1 Sporting C. Portugal	Lisboa
	2 Juventude Vidigalense	Leiria
	3 Ass. Escola Atl. Cartaxo	Santarém
Salto em Altura em Sala	1 Sporting C. Portugal	Lisboa
	2 Juventude Vidigalense	Leiria
	3 Associação Papa-Léguas	Braga

6. Competições de Âmbito Distrital

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 Corta-Mato Longo <i>Caldas da Rainha, 19 de novembro de 2023</i>		1º Sub-18
Campeonato Distrital de Absolutos em Pista Coberta <i>Pombal, 06 e 07 de janeiro de 2024</i>	1º equipa	
Campeonato Distrital de Sub-20 em Pista Coberta <i>Pombal, 13 e 14 de janeiro de 2024</i>	1º equipa	
Campeonato Distrital de Sub-18 em Pista Coberta <i>Pombal, 20 e 21 de janeiro de 2024</i>	1º equipa	2º equipa
Triatlo Técnico Distrital <i>Pombal, 27 e 28 de janeiro de 2024 (sub-14 e sub-16)</i> <i>Pombal, 02 e 03 de março de 2024 (sub-14 e sub-18)</i>	1º equipa	
Quilómetro Jovem <i>Nazaré, 13 de abril de 2024</i>	1ª equipa	
Torneio de Salto em Altura em Sala <i>Batalha, 09 de fevereiro de 2024</i>	1º equipa	

Campeonato Distrital de corta-mato curto (Sub-14, Sub-16 e Absoluto) <i>Sismaria, 25 de fevereiro de 2024</i>	1º equipa Sub-14 1º equipa Sub-16 1º equipa Sub-18	1º equipa Sub-14 1º equipa Sub-16
Atleta Completo Distrital <i>Pombal, 06 e 07 de abril de 2024</i>	1º equipa	
Campeonato Distrital de Sub-16 <i>Leiria, 25 e 26 de maio de 2024</i>	1ª equipa	
Campeonato Distrital de Absolutos <i>Pombal, 08 e 09 de junho 2024</i>	1ª equipa	
Campeonato Distrital de Sub-14 <i>Leiria, 15 e 16 de junho de 2024</i>	1º equipa	
Campeonato Distrital de Sub-20 <i>Leiria, 22 e 23 de junho de 2024</i>	1º equipa	
Campeonato Distrital de Sub-18 <i>Leiria, 29 e 30 de junho de 2024</i>	1ª equipa	

6.2. Títulos Individuais

O JV alcançou um total de cento e noventa e sete (197) 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 2023/2024

Competição	Campeões			
	Masculinos	Provas	Femininos	Provas
Campeonato Distrital de Corta-Mato Longo <i>Caldas da Rainha, novembro de 2023</i>	João Fernandes André Silva	2 Km (Sub-16) Absolutos e Sub-23	Carlota Ferreira Benvinda Santos	Sub-18 6 Km (Seniores)
Campeonato Distrital de Provas Combinadas em Pista Coberta <i>Pombal, 16 e 17 de dezembro de 2023</i>	Denis Hrabar Diogo Meneses	Heptatlo (Sub-18) Heptatlo (Sub-23)	Alessandra Santos Vera Goucha Raquel Lourenço	Pentatlo (Sub-16) Pentatlo (Sub-20) Pentatlo (Sénior)
Campeonato Distrital de Estrada <i>Batalha, 16 de dezembro de 2023</i>			Benvinda Santos	10 Km (Sénior)
Campeonato Distrital de Absolutos em Pista Coberta <i>Pombal, 06 e 07 de janeiro de 2024</i>	Diogo Meneses André Silva André Petriv	Vara 1500m Altura	Luana Figueira Sofia Duarte Matilde Reis Sara Brites Daniela Taralunga Leonor Ascenso	Altura 400m Tripla 60m bar Vara Comprimento
Campeonato Distrital de Sub-20 em Pista Coberta <i>Pombal, 13 e 14 de janeiro de 2024</i>	Denis Hrabar Salvador Oliveira Eduardo Camarate Rafael Dias Salvador Oliveira António Vasconcelos João Mota Tiago Jorge	Vara Altura Comprimento 5000m Marcha 4x200m 3000m	Beatriz Cordeiro Katerina Quinn Nadine Pires Isa Ferreira Sofia Santos Marta Feliciano Leonor Ascenso Katerina Quinn Filipa Dinis Sara Brites	Peso Tripla Altura 3000m Marcha 4x200m Vara 60mbr

Campeonato Distrital de Sub-18 em Pista Coberta <i>Pombal, 20 e 21 de janeiro de 2024</i>	Salvador Oliveira Denis Hrabar Rafael Dias	Comprimento 60m Peso Altura 60m bar 200m	Alessandra Santos Katerina Quinn Leonor Ascenso Matilde Silva Marta Feliciano	Altura 60m Triplo Vara 200m 60m bar
Triatlo Técnico Distrital <i>Pombal, 27 e 28 de janeiro de 2024 (sub-14 e sub-16)</i> <i>Pombal, 02 e 03 de março de 2024 (sub-14 e sub-18)</i>	Francisco Atafona Denis Hrabar	Triatlo (sub-14) Triatlo (sub-18)	Helena Teixeira	Triatlo (sub-14)
Torneio Distrital Salto em Altura em Sala <i>Pombal, 09 de fevereiro de 2024</i>	Lucas Morgado	Altura (sub-14)	Jéssica Ramalheiro Alessandra Santos Leonor Ascenso	Altura (sub-14) Altura (sub-16) Altura (sub-18)
Campeonato Distrital de Lançamentos Longos <i>Marinha Grande, 17 e 18 de fevereiro de 2024 (sub-18, sub-20 e absolutos)</i>	Rúben Santos Rafael Morgado Nikita Miroshnyk	Dardo (sub-20) Dardo (sub-18) Martelo (sub-18)	Carolina Caseiro Raquel Gomes Camila Patraboy	Dardo (sub-23) Disco (sub-23) Martelo (sub-18)
Campeonato Distrital de corta-mato curto (Sub-14, Sub-16 e Absoluto) <i>Sismaria, 25 de fevereiro de 2024</i>	André Silva André Ribeiro	4km (sub-23) 2,5km (sub-16)	Benvinda Santos Carolina Brígido	4km (sénior) 2,5km (sub-16)
Atleta Completo Distrital <i>Pombal, 06 e 07 de abril de 2024</i>	Francisco Atafona	Pentatlo (sub-14)	Alessandra Santos	Heptatlo (sub-16)
Quilómetro Jovem Distrital <i>Nazaré, 13 de abril de 2024</i>	André Ribeiro	1000m (sub-16)		
Olímpico Jovem Distrital <i>Marinha Grande, 04 e 05 de maio de 2024</i>	Diogo Tavares Denis Hrabar Eduardo Camacho Salvador Meneses Denis Hrabar Rodrigo Ramos André Ribeiro Francisco Gregório Pedro Marcelino Rodrigo Ramos Denis Hrabar Eduardo Camacho André Ribeiro	Martelo (sub-16) Altura (sub-18) 80m (sub-16) Peso (sub-16) Peso (sub-18) 300m bar (sub-16) 1 500m (sub-16) 4km marcha (sub16) Dardo (sub-16) 100m bar (sub-16) 110m bar (sub-18) 300m (sub-16) 800m (sub-16)	Sofia Carvalho Matilde Silva Katerina Quinn Lara Simões Petra Dumont Liliana Teotónio Alessandra Santos Carolina Brígido Sofia Chemyrys Petra Dumont Katerina Quinn	Martelo (sub-16) Vara (sub-16) 200m (sub-18) 80m (sub-16) Triplo (sub-16) 300m bar (sub16) Peso (sub-16) Disco (sub-16) Altura (sub-16) 1 500m Obs (sub-16) Dardo (sub-18) 80m bar (sub-16) 100m bar (sub-18)
Campeonato Distrital de provas combinadas <i>Pombal, 13 e 14 de maio de 2023</i>	Denis Hrabar	Decatlo (sub-18)	Lara Simões	Heptatlo (sub-16)
Campeonato Distrital de Sub-16 <i>Pombal, 25 e 26 de maio de 2024</i>	Pedro Marcelino Diogo Tavares Salvador Meneses André Ribeiro José Martins Eduardo Camacho João Morato Rodrigo Ramos Daniel Hrabar André Baranov Eduardo Santos Francisco Atafona	Tetratlo Martelo 80m 1500m 800m Disco Dardo 300m 100m barreiras 300m barreiras Comprimento Altura 4x80m	Alessandra Santos Sofia Carvalho Liliano Teotónio Lara Simões Matilde Silva Carolina Brígido Francisca Reis Petra Dumont Filipa Monteiro Leonor Leal	Tetratlo Martelo Peso Disco Comprimento 80m Vara 4x80m 1500m 1500m Obstáculos Triplo Altura 80m barreiras 300m barreiras 4x80m 4x80m 4x80m
Campeonato Distrital de Absolutos <i>Pombal, 08 e 09 de junho 2024</i>	Miguel Carreira Diogo Meneses João Mota José Chicharo	Martelo Disco Vara 100m 4x100m 1500m obstáculos	Camila Patraboy Raquel Gomes Filipa Dinis Luísa Dinis Luana Figueira Sofia Santos	Martelo Disco Vara 400m Altura 100m

19

6.3. Recordes

Ao longo da época, os nossos atletas demonstraram um nível excecional, estabelecendo vários recordes distritais e nacionais. Eduardo Camarate destacou-se nos 10 000 metros marcha, ao registar 43:47.72, fixando um novo recorde distrital nos escalões de sub-20, sub-23 e seniores. Além disso, voltou a superar o recorde distrital dos 5 000 metros marcha sub-20 em pista curta, com a marca de 21:28.28.

Nuno Cordeiro estabeleceu um novo máximo distrital nos 800 metros sub-20, com o impressionante tempo de 1:50.10, enquanto João Mota fixou um novo recorde distrital sub-18 nos 300 metros, ao completar a prova em 36.16.

Denis Hrabar teve uma época notável, batendo o recorde nacional sub-18 no Decatlo, com 7 268 pontos. Em pista curta, também superou o recorde distrital do Triatlo Técnico, alcançando 2 317 pontos, e estabeleceu ainda um novo recorde nacional no Heptatlo, com um total de 5 418 pontos.

Raquel Lourenço brilhou nos 60 metros barreiras, onde registou a marca de 8.50, tornando-se recordista absoluta da região em pista curta. Filipa Dinis também deixou a sua marca ao estabelecer um novo recorde distrital sub-20 no salto com vara em pista curta, com 3,60 metros.

David Azevedo demonstrou a sua versatilidade ao bater dois recordes distritais em pista curta, nos 1 000 metros e nos 1 500 metros, com os tempos de 2:27.47 e 3:49.06, respetivamente.

Por fim, a estafeta 4x200 metros sub-18, composta por Rafael Dias, Salvador Oliveira, António Vasconcelos e João Mota, entrou para a história ao estabelecer um novo recorde nacional, com o tempo de 1:34.40.

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

Escalão	Novo Recordista	Provas
Sub-18	Denis Harabar	Triatlo Técnico
	Denis Hrabar	Heptatlo - RN
	Denis Hrabar	Decatlo - RN
	João Mota	300m
	Rafael Dias	4x200m
	António Vasconcelos	

	Salvador Oliveira João Mota	
Sub-20	Nuno Cordeiro Eduardo Camarate Eduardo Camarate Filipa Dinis	800m 5000m marcha pista curta 10000m marcha Vara
Sub-23	Eduardo Camarate	10000m marcha
Senior	Eduardo Camarate Raquel Lourenço David Azevedo David Azevedo	10000m marcha 60m barreiras pista curta 1000m pista curta 15000m pista curta

7. Eventos de Alta e Média Competição

7.1. Taça da Europa de Lançamentos

Em 2024, o Juventude Vidigalense voltou a organizar a Taça da Europa de Lançamentos nos dias 9 e 10 de março, em coordenação com a European Athletics, reafirmando a importância de Leiria como referência na organização de competições internacionais de atletismo.

Apesar das condições climatéricas desafiantes, o evento decorreu com sucesso, reunindo cerca de três centenas de atletas de aproximadamente 40 países. Os participantes corresponderam às expectativas, alcançando marcas de elevado nível e aproveitando ao máximo esta oportunidade competitiva de início de época.

Um dos grandes destaques da competição foi a atleta portuguesa Irina Rodrigues, formada no nosso clube, que estabeleceu um novo recorde nacional no lançamento do disco, com a marca de 66,60 metros. Este feito garantiu-lhe a qualificação direta para os Jogos Olímpicos de Paris 2024 e colocou-a como líder mundial do ano na disciplina. Irina, treinada por Júlio Cirino, tornou-se recordista nacional em todos os escalões (sub-18, sub-20, sub-23 e absolutos) e já subiu nove vezes ao pódio nesta competição em 14 participações. Aos 33 anos, conseguiu superar-se e recuperar o recorde nacional que já lhe pertenceu há oito anos, melhorando a anterior melhor marca nacional, na posse de Liliana Cá, em vinte centímetros.

Além do desempenho de Irina, outros atletas portugueses também se destacaram. Liliana Cá classificou-se na oitava posição no lançamento do disco, com a marca de 60,45 metros, a sua melhor nesta temporada. Leandro Ramos, vencedor no

ano anterior, alcançou a sétima posição no lançamento do dardo, com a marca de 78,23 metros, a sua melhor nesta temporada. Coletivamente, Portugal subiu ao segundo lugar do pódio em seniores femininos, um feito inédito para o país nesta competição.

A organização desta competição pelo Juventude Vidigalense reforça o compromisso do clube em promover o atletismo de alto nível e proporcionar oportunidades para que atletas nacionais e internacionais possam alcançar marcas de excelência.

7.2. XXX Torneio Internacional de Lançamentos do Juventude Vidigalense



A 30ª edição do Torneio Internacional de Lançamentos voltou a ser um evento de grande relevância no panorama atlético nacional e internacional. Integrando o circuito de meetings Portugal 2024, esta competição reforçou a posição de Leiria como um dos principais polos de desenvolvimento dos lançamentos em Portugal.

Nos dias 22 e 23 de junho, o Juventude Vidigalense voltou a organizar este prestigiado torneio no Centro Nacional de Lançamentos, reunindo cerca de uma centena de atletas de vários pontos do país e do mundo. A diversidade de nacionalidades e o nível competitivo dos participantes são um reflexo do crescimento e da projeção deste evento, que se assume como uma referência para os especialistas da modalidade.

Acolher tantos atletas de diferentes origens não só proporciona um momento competitivo de elevada exigência, como também contribui para o desenvolvimento do atletismo nacional, permitindo aos lançadores portugueses competir lado a lado com atletas de renome internacional. Além disso, a realização deste torneio em Leiria tem um impacto significativo na cidade, promovendo o turismo desportivo e dinamizando a economia local, através da hotelaria, restauração e outros serviços.

A competição decorreu com grande entusiasmo e proporcionou excelentes momentos de atletismo, consolidando-se, mais uma vez, como uma oportunidade ímpar para os atletas elevarem o seu nível competitivo e atingirem marcas de destaque.

Na competição de ELITE, os vencedores foram:

Masculinos	Prova	Femininos
Daniel Santiago (GDE) – 16,20m	Peso	Julia Ritter (GER) – 17,97m
José Escobar (ECU) – 68,61m	Dardo	Jéssica Barreira (SCP) – 45,98m
Daniel Jasinski (GER) – 64,66m	Disco	Irina Rodrigues (IND) – 63,11m
Humberto Mansilla (CHI) – 74,40m	Martelo	Charlotte Payne (GBR) – 70,68m

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

No dia 12 de maio de 2024, o Juventude Vidigalense organizou a IX Edição do Convívio de Benjamins, no Estádio Municipal de Leiria. Este ano, conseguimos repetir o nosso recorde de participantes, 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 uma manhã desportiva cheia de diversão e alegria para todas as crianças, que passaram por várias estações com atividades baseadas no 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” e Estafeta Divertida (8x50 metros).

A IX Edição do Convívio de Benjamins assume um papel de grande importância para as crianças de Leiria. Este evento oferece uma oportunidade única para os jovens atletas vivenciarem o atletismo de forma divertida e educativa, incentivando o desenvolvimento de várias competências físicas, sociais e emocionais. Ao reunir crianças

de diversos clubes, o evento promove a interação, o espírito de equipa e a camaradagem, valores fundamentais no desporto e na vida em geral.

Além disso, este convívio serve como uma plataforma de iniciação desportiva, permitindo que os mais novos experimentem diferentes modalidades e atividades atléticas, como a corrida de sacos, o triplo step, as estafetas e o lançamento de precisão. Essas experiências contribuem para o aprimoramento da coordenação motora, da agilidade e da disciplina, habilidades essenciais para o crescimento e a evolução na prática desportiva.

Para muitas crianças, este evento representa o primeiro contacto com um ambiente competitivo saudável, onde a diversão e a aprendizagem prevalecem. Ao participar, as crianças não só ampliam os seus horizontes desportivos, mas também desenvolvem o gosto pela prática física e uma atitude positiva em relação à superação de desafios, algo que pode marcar a sua jornada desportiva e pessoal.

Portanto, o Convívio de Benjamins vai além de uma simples competição – ele é um catalisador para o fortalecimento dos laços comunitários, a valorização da inclusão e a promoção de hábitos saudáveis entre as gerações mais novas, tendo um impacto significativo no futuro do desporto em Leiria.

8.2. Torneio Mini Craque

O Torneio Mini Craque do Juventude Vidigalense, realizado a 25 de maio de 2024 no Estádio Municipal de Leiria, representou uma excelente oportunidade para promover o atletismo entre as crianças da região. Com a participação de cerca de 300 alunos de várias escolas do concelho, este evento foi uma verdadeira celebração do desporto jovem, focando-se no desenvolvimento físico e social das crianças através de atividades atléticas.

As crianças tiveram a possibilidade de experimentar várias disciplinas do atletismo, como velocidade (40 metros), lançamento do vortex, salto em comprimento e resistência (400 metros), contribuindo para a aprendizagem e o gosto pela prática desportiva. A iniciativa, além de promover a saúde e o bem-estar, teve como

objetivo identificar e fomentar talentos para o futuro, ao mesmo tempo em que fortaleceu o espírito de cooperação e camaradagem entre as escolas participantes.

Este evento destaca-se não apenas pelo seu impacto desportivo, mas também pela sua capacidade de envolver a comunidade local, com a colaboração de várias instituições e patrocinadores, como a Câmara Municipal de Leiria, a Associação Distrital de Atletismo de Leiria, a Papelaria Americana, o Mr. Pizza e a Liz Sport. A coordenação, liderada pelo Prof. Nataniel Lopes, foi fundamental para o sucesso do evento, garantindo que todos os aspetos logísticos e organizacionais foram tratados com a máxima eficiência.

Em resumo, o Torneio Mini Craque é uma iniciativa que, ano após ano, contribui significativamente para a promoção do atletismo, promovendo o desenvolvimento desportivo das crianças e o fortalecimento da cultura desportiva na região de Leiria.

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, com o objetivo de promover a ocupação saudável dos tempos livres durante as férias de Verão. Atendendo a que muitos jovens não têm como ocupar o seu tempo livre nas férias de Verão, o programa oferece uma série de atividades que visam proporcionar uma forma dinâmica e divertida de aproveitar este período. Este programa integra diversas atividades desportivas, como atletismo, futebol, basquetebol, voleibol, entre outras, bem como atividades lúdicas, como passeios na praia, jogos tradicionais, visitas culturais, sessões de cinema e provas de orientação.

O objetivo principal é proporcionar aos jovens uma série de experiências novas, promover o gosto pelo desporto e transmitir valores sociais importantes, como o companheirismo, a amizade, o espírito de partilha e a dedicação. O Juventude Vidigalense organizou, mais uma vez, o Programa de Ocupação de Férias, que em 2024 teve uma duração de 6 semanas, com início a 6 de julho e término a 14 de agosto.

Além do programa de verão, o Juventude Vidigalense expandiu a sua oferta com o Active Christmas, um programa de férias realizado durante o período de Natal. Em 2023, o Active Christmas decorreu de 18 a 22 de dezembro, oferecendo uma alternativa saudável e divertida para as crianças e jovens aproveitarem as férias de Natal. Este evento teve como objetivo proporcionar atividades desportivas e lúdicas, promovendo o desporto de forma acessível e estimulando a socialização e o espírito de equipa entre os participantes.

As atividades do Programa de Ocupação de Férias, tanto no verão quanto no Natal, foram acompanhadas e supervisionadas pelos técnicos Nataniel Lopes (Licenciado em Ensino do 1º Ciclo de Ensino Básico e em Desporto e Bem-Estar na ESECS – Leiria, e 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 2024 com um enfoque renovado e ainda mais especializado, procurando dar resposta às necessidades de lesões e condições patológicas dos seus atletas. 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, é essencial para o clube garantir um acompanhamento médico contínuo e de qualidade.

Em 2024, o Departamento Médico foi estruturado de forma ainda mais eficiente, com o objetivo de melhorar o acompanhamento e a recuperação dos atletas, assegurando uma abordagem integrada para a prevenção de lesões e o tratamento de

condições musculoesqueléticas. O clube assegurou que as instalações estivessem devidamente equipadas para proporcionar o máximo conforto, tranquilidade e confiança aos seus utentes, com um espaço dedicado ao tratamento, reabilitação e acompanhamento médico.

O Departamento Médico contou com a colaboração da Ana Patrícia, que trouxe a sua experiência para reforçar a equipa, e da estagiária Eduarda Ferreira, que esteve a trabalhar ao longo do ano, contribuindo para a excelência no acompanhamento médico aos atletas. Além disso, o Departamento acolheu vários outros estagiários, oferecendo-lhes a oportunidade de aprender e desenvolver as suas competências profissionais na área da saúde desportiva.

A equipa médica foi reforçada e reorganizada, garantindo que os atletas tenham acesso a um acompanhamento mais especializado e personalizado. A melhoria contínua dos serviços prestados pelo Departamento Médico reflete o compromisso do Juventude Vidigalense com a saúde e o bem-estar dos seus atletas, promovendo uma gestão mais eficaz das lesões e a maximização do rendimento desportivo.

Com essa abordagem, o clube não só protege a saúde dos seus atletas, como também contribui para a sua evolução e continuidade no desporto, garantindo que estejam nas melhores condições possíveis para atingir os seus objetivos desportivos a longo prazo.

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, atribuindo ao clube a responsabilidade pela gestão e manutenção desta importante instalação desportiva. De acordo com o contrato-programa de desenvolvimento desportivo, o objetivo principal é proporcionar à população em geral uma oferta diversificada e regular de atividades desportivas, promovendo a prática do desporto e o bem-estar da comunidade.

Em 2024, o clube continuou a cumprir com esse compromisso, oferecendo mensalmente uma ampla variedade de atividades desportivas. Entre as opções disponibilizadas, destacam-se as Atividades em Família, que incentivam a participação

de diferentes faixas etárias e fortalecem os laços comunitários, bem como os Torneios de Voleibol e Futebol, que têm como objetivo promover a competição saudável e a integração social. Além disso, o clube organizou diversas Caminhadas, oferecendo aos participantes a oportunidade de desfrutar de momentos ao ar livre e melhorar a sua saúde física e mental.

Para garantir que o Centro Nacional de Lançamentos estivesse em excelentes condições de utilização e proporcionasse um ambiente ainda mais adequado para os utilizadores, o Juventude Vidigalense fez um investimento significativo em 2024, contratando um funcionário exclusivo para a manutenção da instalação. Este investimento visou garantir que a infraestrutura estivesse sempre bem conservada, com as condições ideais para a prática desportiva e segurança dos utilizadores.

A gestão do Centro Nacional de Lançamentos permitiu ao Juventude Vidigalense continuar a ser um pilar fundamental na promoção da prática desportiva em Leiria, criando um ambiente inclusivo e acessível para todos, independentemente da sua idade ou nível de experiência. A continuidade e o sucesso dessas atividades refletem o empenho do clube em fomentar um estilo de vida ativo e saudável na comunidade.

B. PLANO DE ATIVIDADES PARA 2025

1. Academia

- Aumentar o número de praticantes, alargando assim a base de trabalho para a vertente competitiva;
- Investir em enquadramento técnico qualificado, bem como na valorização e formação contínua da equipa técnica já existente;
- Apostar em ações de captação de jovens talentos, promovendo a prática desportiva nas escolas e nos principais eventos da região;
- Promover momentos competitivos, formais e/ou informais, para os escalões mais jovens, de forma a complementar o calendário competitivo dos mais novos;
- Dar continuidade ao desenvolvimento dos Projetos Sub-16 e Sub-18, que tantos títulos nacionais têm proporcionado, reforçando o trabalho de formação que temos vindo a consolidar;
- Investir em competições populares e de estrada, com o objetivo de aumentar a presença junto do público e proporcionar novas experiências competitivas aos nossos jovens;
- Manter o domínio nas competições inseridas na Campanha "Viva o Atletismo";
- Liderar, em número de atletas e resultados, todas as competições distritais;
- Continuar a organizar eventos de sucesso com vista à captação de jovens e à promoção da modalidade, como o Mini-Craque e o Convívio de Benjamins JV.

2. Competição

- Manter a presença do clube na I Divisão Nacional de Atletismo, tanto no setor masculino como no feminino;
- Continuar a disputar os lugares do pódio na I Divisão Nacional de Atletismo;
- Consolidar a aposta nos jovens talentos oriundos da nossa formação, integrando-os progressivamente nas equipas principais;
- Organizar um calendário competitivo atrativo, não só para os nossos atletas, mas também com o objetivo de atrair cada vez mais atletas de nível nacional

e internacional a competir em Leiria — destacando-se as Jornadas de Lançamentos e o Torneio Internacional de Lançamentos;

- Procurar alcançar o pódio em todas as competições nacionais de pista de carácter coletivo, nomeadamente nos escalões Sub-20 e Sub-23;
- Alcançar o maior número possível de medalhas em campeonatos nacionais;
- Aumentar o número de atletas internacionais a praticar a modalidade no clube;
- Reforçar o apoio a atletas e treinadores com resultados de relevo, criando condições que possibilitem um enquadramento mais próximo do alto rendimento, tanto ao nível do treino como da competição.

3. Lazer e Bem-estar

- Alargar a oferta desportiva na vertente de atividades ao longo da vida, sem objetivos de rendimento competitivo;
- Aumentar o número de utilizadores no Centro Desportivo de Marcha e Corrida, bem como nos programas de Treino Personalizado;
- Iniciar um projeto de treino à distância, com o objetivo principal de chegar a um público mais vasto, nomeadamente à população em geral apaixonada pela corrida;
- Melhorar as condições de treino atualmente disponíveis para esta população, seja através da realização de mais sessões no Estádio, seja através da melhoria das condições no Centro Nacional de Lançamentos (CNL).

4. Áreas de Intervenção

- Estabelecer ligação entre a oferta desportiva do clube e a área da saúde, nomeadamente com entidades como o Centro de Medicina Desportiva e os Centros de Saúde;
- Celebrar parcerias e protocolos com entidades/instituições que permitam melhorar as condições de treino e/ou competição — como o Agrupamento de Escolas Domingos Sequeira, a ADAL e o Sporting Clube de Portugal, entre outros;

- Promover formações internas destinadas a treinadores, com o objetivo de reforçar a eficácia e o funcionamento da estrutura técnica;
- Aproximar os encarregados de educação das dinâmicas do clube, tanto em contexto desportivo como em momentos de convívio, potenciando o contributo que cada um pode dar para o desenvolvimento da instituição;
- Continuar a melhoria e o apetrechamento das instalações utilizadas pelo clube com material técnico adequado, visando uma atuação no terreno cada vez mais eficaz;
- Reforçar a atuação do Departamento Médico na vertente desportiva, através da realização de testes e intervenções no terreno;
- Promover o acesso a estágios de recursos humanos na área do treino, de forma a alargar a base de dados de técnicos disponíveis para futuras necessidades operacionais.

C. CONCLUSÃO

Os feitos alcançados pelo Juventude Vidigalense, conforme descrito ao longo deste relatório, são motivo de orgulho para todos os que integram este projeto e que, com garra e determinação, se entregaram ao trabalho, dando sempre o melhor de si. Dirigentes, técnicos, familiares, sócios, amigos e atletas têm sido peças fundamentais para o sucesso do clube — um sucesso refletido não apenas nos resultados desportivos, a nível nacional e internacional, mas também na organização de eventos de relevo e, sobretudo, na formação desportiva de jovens talentos. O trabalho coletivo tem permitido ao Juventude Vidigalense consolidar-se como uma referência no desporto, tanto a nível local como nacional.

Contudo, apesar dos muitos títulos conquistados em 2024, consideramos que este ano não foi inteiramente positivo. O crescimento da nossa base de trabalho continua a ser uma das prioridades, mas, infelizmente, registou-se a saída de alguns atletas, o que representa um desafio significativo para o projeto. Embora os títulos sejam sempre o reflexo de esforço e dedicação, reconhecemos que, em épocas anteriores, o clube alcançou resultados ainda mais expressivos. Assim, é legítimo aspirar a uma melhoria contínua no nosso desempenho futuro.

O Juventude Vidigalense mantém-se, por isso, fortemente empenhado em crescer, não apenas em termos quantitativos, mas, acima de tudo, na qualidade do trabalho desenvolvido. O nosso compromisso passa por fortalecer a base de atletas e garantir que o desporto continue a chegar a uma população cada vez mais abrangente. A nossa missão de ser “Um Clube para Todos” permanece inalterada, e continuaremos a trabalhar para ser um modelo na promoção de um estilo de vida ativo e saudável, tanto para os nossos atletas como para toda a comunidade.