



Índice de conteúdos:

- Entrevista ao psicólogo João Gandaio
- Sessão “Doping no desporto”
- Jannis Tomaz na Frota de Ouro
- Campeões de Minitrampolim
- *All Dance Portugal 2024*
- Algarve Surf Clube em Boa Onda!
- Patinagem de Velocidade
- Ciclismo
- Atletismo
- Andebol
- O meu estágio na UAARE

Entrevista ao Psicólogo João Gandaio



Entrevista ao psicólogo João Gandaio sobre o papel da psicologia na UAARE. [Veja aqui.](#)

Sessão “Doping no desporto”

No dia 29 de maio, ocorreu uma sessão de capacitação e informação sobre o doping no desporto, organizada pela ADOP (Autoridade Antidopagem de Portugal). A sessão decorreu no auditório Florivaldo Abundância, mais conhecido como sala A0.8, entre as 10:05 e as 11:35, e contou com a presença do Professor Carlos Santos, um formador experiente com 45 anos de serviço na ADOP.

A sessão foi direcionada para as turmas do curso profissional Técnico de Desporto dos 10º, 11º e 12º anos, bem como para os alunos-atletas da UAARE. Durante o evento, Carlos Santos abordou questões relacionadas com as violações das normas de antidopagem, as substâncias e métodos proibidos, as autorizações de utilização terapêutica, a suplementação, o grupo-alvo da ADOP, o sistema de localização dos atletas e os procedimentos de um controlo de dopagem. No final da sessão, teve lugar uma simulação de uma testagem.

Esta sessão reforçou a importância de uma prática desportiva limpa e justa, incentivando os alunos-atletas a adotarem uma postura ética e responsável nas suas carreiras desportivas.



Jannis Tomaz na Frota de Ouro

O aluno UAARE **Jannis Tomaz**, velejador do Clube de Vela de Lagos, participou no **Campeonato da Europa de Juniores da Classe ILCA 4 - Sub 18 e Sub 16**, que se realizou em Izola, na Eslovénia, entre 5 a 12 de abril de 2024.

De destacar a ótima prestação do Jannis, pois após a realização das várias regatas do programa, foi o único português a entrar na Frota de Ouro.

Atualmente é o **1º classificado do Ranking Nacional da Classe ILCA 4**.



Miguel Duarte e Aimee Hutchison conquistam Campeonato de Minitrampolim



No dia 11 de maio realizou-se o Campeonato Territorial de Minitrampolim, em Moncarapacho (Olhão).

Do grupo de ginastas medalhados do Ginástica Clube de Lagos fazem parte os alunos-atletas UAARE **Miguel Duarte e Aimee Hutchison**. Estes dois ginastas conquistaram o 1º Lugar no Campeonato, tendo conquistado o Título de Campeões Territoriais de Minitrampolim, o Miguel Duarte, no escalão de iniciados masculinos, e a Aimee Hutchison, em juvenis femininos.

No Campeonato Nacional de Minitrampolim realizado no dia 15 de junho, em Beja, os alunos-atletas UAARE Miguel Duarte e Aimee Hutchison obtiveram as seguintes classificações:

- 5º Lugar: **Miguel Duarte**
- 12º Lugar: **Aimee Hutchison**

Alunas(os) da Associação de Dança de Lagos no pódio do *All Dance Portugal 2024*

A Associação de Dança de Lagos (ADL) participou no *All Dance Portugal 2024*, que decorreu em Santa Maria da Feira, entre 2 a 7 de abril de 2024, tendo contado com a presença de 4000 bailarinos de 160 escolas/companhias de dança de todo o país.

As(os) alunas-atletas da UAARE do AE Júlio Dantas e ADL conquistaram 15 lugares de pódio nesta competição: **6 primeiros lugares, 8 segundos lugar e 1 terceiro lugar.**



A qualidade artística e expressiva das coreografias apresentadas pelas alunas do ADL para além dos prémios conquistados (como se observa na foto), permitiu também o apuramento para o Campeonato Europeu e Mundial (All Dance), com as seguintes coreografias:



-1º Lugar-

Cossaks

(grupo étnico)

-1º Lugar-

Dança Comigo

(solo bollywood)



-1º Lugar-

Ucraniana

(solo étnico)

-1º Lugar-

Meri Duniya

(trio bollywood)



-1º Lugar-

Polca Eslovénia

(trio ético)

-1º Lugar-

Nymphs from
Walpurgis Night

**(trio ballet
clássico)**



-2ºLugar-

Botas

(livre show)

-2ºLugar-

Dança Chinesa

(show open)



-2ºLugar-

Turquia

**(grupo étnico
show)**

-2ºLugar-

Welcome to Georgia

**(dueto Étnico
jovem)**



-2ºLugar-

Oui Madame

(dueto moderno)

-2ºLugar-

The Awakening of
Flora

**(ballet clássico
pré-jovem)**



Kitri Friends

**(dueto ballet
clássico jovem)**

-2ºLugar-

Valsados Papagaios

**(grupo ballet
clássico pontas)**

-3ºLugar-

Anna Karenina

**(solo teatro
musical)**

-4ºLugar-

Pas de Fleurs

**(dueto ballet
clássico)**

-5ºLugar-

Singing in the Rain
**(sapateado
dueto)**

-6º Lugar-

Mission Impossible

(solo acrobática)

-7º Lugar -

Rivais

**(grupo
contemporâneo
pré-jovem)**

-9º Lugar -

Amora Madura

**(grupo
contemporâneo
jovem)**

Alunos-Atletas da UAARE e do Algarve Surf Clube em Boa Onda!

Os atletas do Algarve Surf Clube participaram em diversas competições, das quais destacamos:



RipCurl Grom Search,
1 e 2 de abril, Costa
da Caparica

Fynn Crato ficou em
1º lugar e vai participar
nas finais em
setembro, na França.



**Circuito
Regional de Surf
do Sul (Algarve)**

1ª Etapa - Quarteira

(18 e 19 de
fevereiro)

Fynn Crato:

2º Lugar (Sub12) e

1º Lugar (Sub14)

Benjamim Magalhães:

2º Lugar (Sub16) e

3º Lugar (Sub18)



Ranking do Circuito Regional de Surf do Sul (Algarve)

Fynn Crato

2º lugar (Sub12) e 1º lugar (Sub14)

Benjamim Magalhães

2º lugar (Sub16)

Liam Crato

4º lugar (Sub16)

Liam Crato:

3º lugar (Sub16)

2ª Etapa - Faro

(2 e 3 de março)

Fynn Crato:

1º lugar (Sub14)

Benjamim Magalhães:

4º lugar (Sub16) e

3º lugar (Sub18)

3ª Etapa- Portimão

(16 e 17 de março)

Fynn Crato:

3º lugar (Sub14)

Benjamim Magalhães:

1º lugar (Sub16)

Liam Crato:

4º lugar (Sub16)

4ª Etapa - Aljezur

(8 e 9 de junho)

Fynn Crato:

3º lugar (Sub12) e

3º lugar (Sub14)

Benjamim Magalhães:

1º lugar (Sub16) e

2º lugar (Sub18)

Liam Crato:

semifinal em

Sub16 e Sub18

Convocatória para o Campeonato da Europa de Patinagem de Velocidade

A Federação de Patinagem de Portugal convocou para o Campeonato da Europa de Patinagem de Velocidade os alunos-atletas UAARE **Marias Dias, Helena Oryshchyn, Miguel Monteiro e Tiago Monteiro**. O Campeonato vai realizar-se em em Zandvoorde/Oostende – Bélgica, entre 15 a 26 de julho.



Patinagem de Velocidade - Roller de Lagos



Martin Dias

2º Lugar: Campeonato Nacional de Estrada (Canelas) – 13 e 14 de abril

2º Lugar: Campeonato Nacional de Pista (Lagos) – 18 e 19 de maio

3º Lugar: Taça da Europa Lagos - Long Distance



Maria Dias

Campeonato Nacional de Estrada (Canelas) – 13 e 14 de abril

1º Lugar: *Short Distance*

1º Lugar: *Long Distance*

Campeonato Nacional de Pista (Lagos) - 18 e 19 de maio

1º Lugar: *Short Distance*

1º Lugar: *Long Distance*



Angelina Machado

Campeonato Nacional de Estrada (Canelas) – 13 e 14 de abril

4º Lugar: *Short Distance*

10º Lugar: *Long Distance*

Campeonato Nacional de Pista (Lagos) - 18 e 19 de maio

3º Lugar: *Short Distance*

7º Lugar: *Long Distance*



Helena Oryshchyn

Campeonato Nacional de Estrada (Canelas) – 13 e 14 de abril

- 3º Lugar: 100m
- 3º Lugar: Prova a Pontos
- 3º Lugar: Prova a Eliminar

Campeonato Nacional de Pista (Lagos) 18 e 19 de maio

- 3º Lugar: 1000m
- 3º Lugar: Prova a Pontos
- 3º Lugar: Prova a Eliminar



Miguel Monteiro

Campeonato Nacional de Estrada (Canelas) – 13 e 14 de abril

- 3º Lugar: Prova da Volta
- 3º Lugar: Prova a Eliminar
- 3º Lugar: 100m

Campeonato Nacional de Pista (Lagos) 18 e 19 de maio

- 1º Lugar: 500m
- 1º Lugar: 1000m
- 1º Lugar: Prova a Pontos
- 1º Lugar: Prova a Eliminar
- 2º Lugar: 200m



Tiago Monteiro

Campeonato Nacional de Estrada (Canelas) – 13 e 14 de abril

- 1º Lugar: 100m

Ciclismo - Grupo Popular das Portelas

O aluno-atleta **Guilherme Marreiros**, do Grupo Desportivo das Portelas, tem participado em várias Provas de Ciclismo de Estrada, Pista e BTT, tendo alcançado alguns resultados desportivos relevantes, nomeadamente um 3º lugar no 4º Encontro Regional de Escolas (Loulé) e um 1º Lugar no Circuito do Alpendre (Vila Nova de Cacela).



Atletismo - CRCD Luzense

Filipe Rodrigues

1º Lugar: 110m Barreiras: Olímpico Jovem Regional (Açoteias)

8º Lugar: 110m Barreiras: Olímpico Jovem Nacional (Lagoa)

1º Lugar: 110m Barreiras: Campeonato Regional Sub20 (Faro/Quarteira)

1º Lugar por equipas: Campeonato Regional Sub20 (Faro/Quarteira)

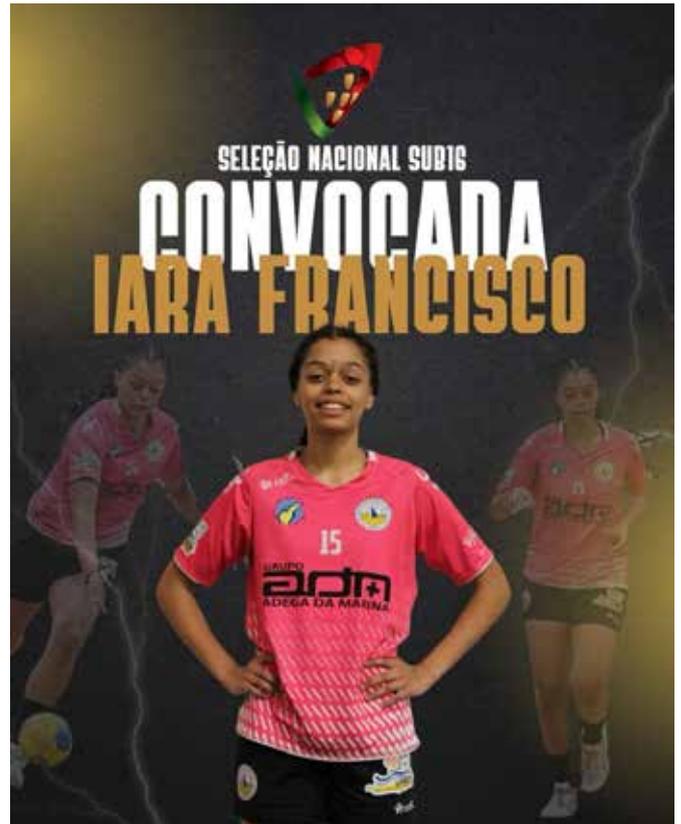


Tomé Nascimento

1º Lugar por equipas: Campeonato Regional Sub20 (Faro/Quarteira)

Campeonato da Europa de Andebol Sub16

A aluna-atleta UAARE **Iara Francisco**, do Clube Gil Eanes, foi convocada mais uma vez para o Estágio e Campeonato da Europa da Seleção Nacional Sub16 Feminina. A competição *W16 EHF European Open 2024* irá realizar de 1 a 5 de julho, em Gotemburgo (Suécia).



Equipa Sub16 do Clube Gil Eanes

A equipa Sub16 de Andebol Feminino do Clube Gil Eanes foi uma das doze equipas que disputou a fase final/Encontro Nacional, tendo conquistado o **4º Lugar a nível nacional**.



Equipa Sub18 do Clube Gil Eanes

Entre 30 de maio e 2 de junho, realizou-se em Leiria a fase final do Campeonato Nacional Sub18, com a presença de quatro equipas. A Equipa da Gil Eanes foi **Vice-campeã nacional**.



Equipa Sénior do Clube Gil Eanes

A equipa sénior competiu ao mais alto nível no Campeonato Nacional da 1ª Divisão, sendo a 7ª classificada no Campeonato. Com esta classificação a equipa vai manter-se na Elite do Andebol feminino, na próxima época desportiva.



A equipa de escola UAARE dá os parabéns aos nossos alunos-atletas pelo seu empenho e capacidade de superação, na conquista dos seus objetivos desportivos e académicos!

O meu estágio na UAARE



Olá, eu chamo-me Rafaela, pertenço à turma de Multimédia de 11º ano, e fui uma das estagiárias da UAARE deste ano. Decidi ficar na UAARE graças ao professor Vasco que me deu a oportunidade de estagiar neste projeto.

Durante este estágio, fui acolhida por uma equipa muito dedicada pelo que faz. A UAARE apoia alunos que conciliam os estudos e o desporto. Uma das minhas principais responsabilidades foi a criação de conteúdos para a newsletter da UAARE. Esta tarefa permitiu-me explorar a criatividade e desenvolver habilidades de escrita e design. Cada edição da newsletter é uma oportunidade de destacar as conquistas dos nossos alunos, seja em competições nacionais ou internacionais, além de promover eventos e iniciativas importantes da entidade.

Estagiar na UAARE proporcionou-me uma visão aprofundada do funcionamento de um projeto escolar que valoriza o desporto como parte integrante da educação. A experiência foi, sem dúvida, enriquecedora e formativa. A UAARE não só me proporcionou um ambiente de trabalho acolhedor e colaborativo, como também me inspirou a continuar a investir na área da comunicação e do design. Sinto-me privilegiada por fazer parte desta equipa e por poder contribuir para a divulgação do talento e esforço dos nossos alunos-atletas.

Agradeço a todos na UAARE pela oportunidade e apoio.



À esquerda a Clarisse, a estagiária responsável pelo site da UAARE :),

à direita a Rafaela, responsável pela Newsletter.

