



UNIDADES DE APOIO AO  
**ALTO RENDIMENTO  
NA ESCOLA**



# ESCOLA SECUNDÁRIA PEDRO NUNES

## NEWSLETTER

ABRIL 2023

### ALUNOS/ATLETAS UAARE ESPN

40 ATLETAS  
7º AO 12º ANO  
18 MODALIDADES

- ATLETISMO
- AUTOMOBILISMO
- CICLISMO
- EQUESTRE
- ESGRIMA
- FUTEBOL
- GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA
- GINÁSTICA ARTÍSTICA MASCULINA
- GINÁSTICA RÍTMICA
- HOQUEI EM PATINS
- KARATE
- JUDO
- NATAÇÃO
- RUGBY
- SURF
- TAEKWONDO
- TÊNIS
- TRIATLO



UNIDADES DE APOSO AO  
**ALTO RENDIMENTO  
NA ESCOLA**



# EDITORIAL

Equipa UAARE  
Escola Secundária Pedro Nunes

Ricardo Reis

## **Para ser grande, sê inteiro: nada**

Para ser grande, sê inteiro: nada  
Teu exagera ou exclui.  
Sê todo em cada coisa. Põe quanto és  
No mínimo que fazes.  
Assim em cada lago a lua toda  
Brilha, porque alta vive.



UNIDADES DE APOIO AO  
**ALTO RENDIMENTO  
NA ESCOLA**



# NOTÍCIAS

**BRUNA SIMÕES, CLARA MELO, CLARA PAIVA**

**CLUBE: CNM / GCP**

**MODALIDADE: GINÁSTICA RÍTMICA**



**34º Grand Prix Thiais**

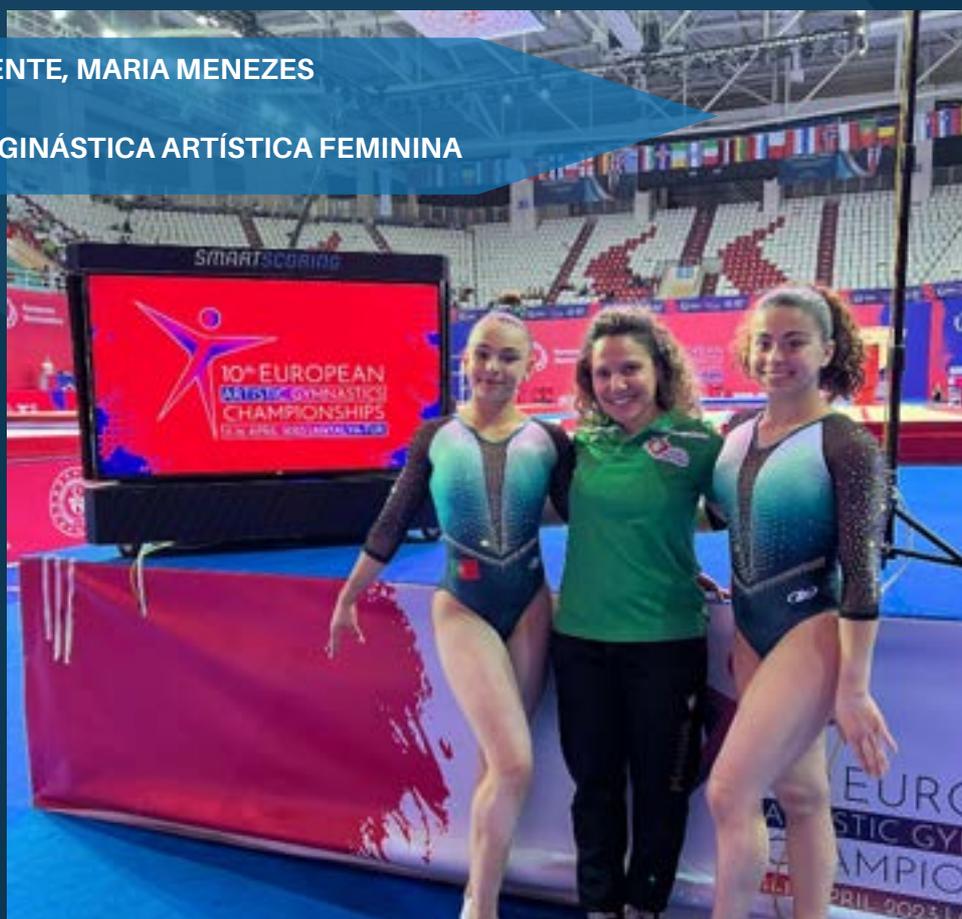
**8 e 9 de abril**

**8º Lugar All-around 5 arcos**

**10º Lugar 3 fitas 2 bolas**

# NOTÍCIAS

**MARIANA PARENTE, MARIA MENEZES**  
**CLUBE: GCP**  
**MODALIDADE: GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA**



10th European Artistic Gymnastics Championships  
Antalya, Turquia

11 a 16 de abril

# NOTÍCIAS



**MARIANA PARENTE**  
**CLUBE: GCP**  
**MODALIDADE: GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA**

Campeonatos Territoriais da AGL,  
1ª Divisão.

1 de abril

SENIORES ELITE  
Geral Individual  
1ºLugar

XII Torneio Internacional Gymsport,  
Matosinhos

28-29 de abril

All-Around - 2ºLugar

# NOTÍCIAS



**MARIA INÊS MENEZES**  
**CLUBE: GCP**  
**MODALIDADE: GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA**

Campeonatos Distrital da AGL,  
1ª Divisão.

1 de abril

SENIORES ELITE  
Geral Individual  
2ºLugar

XII Torneio Internacional Gymsport,  
Matosinhos

28-29 de abril

All-Around - 3ºLugar  
Paralelas Assimétricas - 1º Lugar

# NOTÍCIAS

**FRANCISCO MARTINS**

**CLUBE: GCP**

**MODALIDADE: GINÁSTICA ARTÍSTICA MASCULINA**



Campeonatos Territoriais da AGL,  
1ª Divisão - Escalão Juniores Elite

1 de abril

Campeão Distrital Elite

All-Around - 1ºLugar

Solo - 3º lugar

Cavalo com arções - 1º lugar

Argolas - 2º lugar

Paralelas - 2º lugar

Barra fixa - 1º lugar

XII Torneio Internacional Gymsport.  
Matosinhos

28-29 de abril

All-Around - Júnior - 10ºLugar

Cavalo com arções - 5º lugar

Barra - 5º lugar

Qualificações

Cavalos com arções - 3ºLugar



UNIDADES DE APOIO AO  
**ALTO RENDIMENTO  
NA ESCOLA**



# NOTÍCIAS

**FRANCISCO BRÁS, FRANCISCO MARTINS, TIAGO HERNANDEZ**

**CLUBE: GCP**

**MODALIDADE: GINÁSTICA ARTÍSTICA MASCULINA**



Campeonatos Territoriais da AGL,  
1ª Divisão

1 de abril

Equipa Juniores GCP - 1º lugar



UNIDADES DE APOIO AO  
**ALTO RENDIMENTO  
NA ESCOLA**



# NOTÍCIAS

**FRANCISCO BRÁS**

**CLUBE: GCP**

**MODALIDADE: GINÁSTICA ARTÍSTICA MASCULINA**



Campeonatos Territoriais da AGL,  
1ª Divisão - Escalão Juniores Elite

1 de abril

All-Around - 3º Lugar

Solo - 4º lugar

Cavalo com arções - 3º lugar

Argolas - 1º lugar

Salto - 3º lugar

Paralelas - 3º lugar

Barra fixa - 2º lugar

# NOTÍCIAS

**TIAGO HERNANDEZ**

**CLUBE: GCP**

**MODALIDADE: GINÁSTICA ARTÍSTICA MASCULINA**



Campeonatos Territoriais da AGL,  
1ª Divisão - Escalão Juniores Elite

1 de abril

All-Around - 4º Lugar

Solo - 2º lugar

Cavalo com arções - 4º lugar

Argolas - 4º lugar

Paralelas - 4º lugar

Barra fixa - 4º lugar



UNIDADES DE APOIO AO  
**ALTO RENDIMENTO  
NA ESCOLA**



# NOTÍCIAS

MARIANA COSTA  
CLUBE: CNN  
MODALIDADE: NATAÇÃO



**Zonais Infantis Zona Sul**

**1 de abril**

**6ª Classificada em 145 atletas femininas (Conjunto somatório pontuação das 4 provas disputadas)**

**100 Livres 1º Lugar  
200 Costas 9º lugar  
400 Livres 8º Lugar  
200 Estilos 16º lugar**

**9º Torneio de Natação do Litoral Alentejano**

**25 de Abril, Sines**

**200 m Livres 2'24"  
200 m Costas 2'47"  
200 m Estilos 2'50"  
Estafeta 4x 50 livres 1'58"  
3º lugar da classificação colectiva**



UNIDADES DE APOIO AO  
**ALTO RENDIMENTO  
NA ESCOLA**



# NOTÍCIAS

**ANDRÉ MARQUES**  
**CLUBE: SLB**  
**MODALIDADE: NATAÇÃO**



**Campeonato Nacional Juvenis e Absolutos de  
Portugal OPEN - Piscina longa (50m)  
Funchal (POR)  
30 Mar - 2 Abr 2023**

13ºLugar - 50m Costas  
13ºLugar - 100m Costas  
18ºLugar - 50m Mariposa  
5ºLugar - Estafetas 4x100m Estilos



UNIDADES DE APOIO AO  
**ALTO RENDIMENTO  
NA ESCOLA**



# NOTÍCIAS

**MATILDE LOPES**  
**CLUBE: SLB**  
**MODALIDADE: NATAÇÃO**



© FPN | Pedro Vasconcelos

**Campeonato Nacional Juvenis e  
Absolutos de Portugal OPEN -  
Piscina longa (50m)  
Funchal (POR)  
30 Mar - 2 Abr 2023**

8ºLugar - 200m Estilos  
8ºLugar - 400m Estilos  
13ºLugar - 200m Mariposa  
18ºLugar - 200m Bruços  
2ºLugar Estafetas 4 x 100m Livres

**Campeonato Nacional Clubes 1ª Divisão  
Piscina longa (50m)  
Oeiras (POR)  
6- 7 de abril**

5ºLugar - 200m Estilos  
6ºLugar - 400m Estilos  
7ºLugar - 200m Mariposa  
11ºLugar 800m Livres



UNIDADES DE APOIO AO  
**ALTO RENDIMENTO  
NA ESCOLA**



# NOTÍCIAS



**AFONSO BJORK FREITAS**  
**CLUBE: CNN**  
**MODALIDADE: NATAÇÃO**

Campeonato Nacional Juvenis e Absolutos de  
Portugal OPEN - Piscina longa (50m)  
Funchal (POR)  
30 Mar - 2 Abr 2023

2ºLugar - 50m Costas  
4ºLugar - 100m Costas  
4ºLugar - 200m Costas

Torneio de Natação Litoral  
Alentejano  
25 de abril

200 m livres - 1o lugar  
200 m estilos - 1o lugar  
200 m costas - 1o lugar  
4x50 m estilos - 1o lugar  
4x50 m livres - 3o lugar

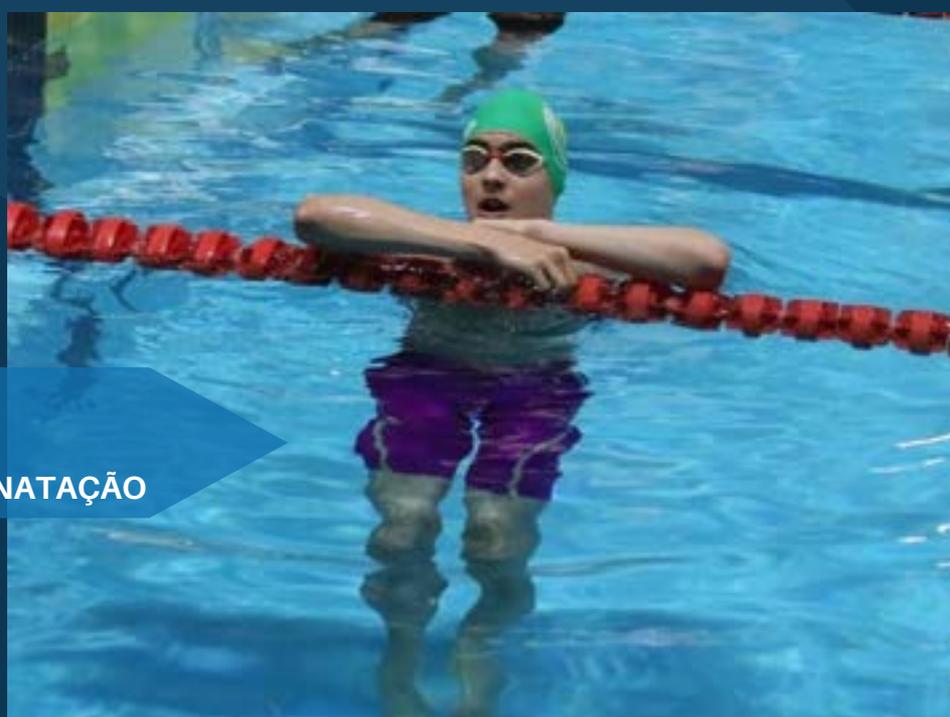
Prémio de melhor performance  
masculino no escalão 13-16  
anos



UNIDADES DE APOSO AO  
**ALTO RENDIMENTO  
NA ESCOLA**



# NOTÍCIAS



**AXEL ASMAR**  
**CLUBE: SCP**  
**MODALIDADE: NATAÇÃO**

**Campeonato Nacional Juvenis e Absolutos de  
Portugal OPEN - Piscina longa (50m)  
Funchal (POR)  
30 Mar - 2 Abr 2023**

4ºLugar - 1500m Livres

5ºLugar - 800m Livres

6ºLugar - 400m Livres

7ºLugar - 200m Livres

3ºLugar Estafetas 4 x 100m Livres

4ºLugar Estafetas 4 x 200m Livres



UNIDADES DE APOIO AO  
**ALTO RENDIMENTO  
NA ESCOLA**



# NOTÍCIAS

**MARIA CONSTANÇA MARQUES**  
**CLUBE: MATOS CHEIRINHOS / SELEÇÃO**  
**MODALIDADE: CICLISMO**



2ª Taça do Algarve - Lagoa  
15 de abril  
1ºLugar Cadetes

2º Taça de Portugal - Albufeira  
22 de abril  
6º lugar

3º Taça de Portugal - Moura  
23 de abril  
2ºlugar



UNIDADES DE APOIO AO  
**ALTO RENDIMENTO  
NA ESCOLA**



# NOTÍCIAS

**JOAQUIM TRINDADE**  
**CLUBE: SCP**  
**MODALIDADE: SURF**



Etapa do Rip Curl GromSearch  
(apurado para a final europeia do GromSearch 2023,  
nos dias 19 e 20 de agosto em Anglet, França)

10 - 11 de abril

4ºLugar

1ª etapa do Porto, Circuito Nacional ANS Pro Junior  
Sub-20

15 e 16 de abril

7ºLugar

# NOTÍCIAS

**ALEXEY PERESTROV**  
**MODALIDADE: FUTEBOL**  
**CLUBE: SCP**



Torneio IberCup Cascais  
5,6,7 e 8 Abril

2ºLugar sub15



UNIDADES DE APOIO AO  
**ALTO RENDIMENTO  
NA ESCOLA**



# NOTÍCIAS

**SARAH ALMEIDA**  
**MODALIDADE: GINÁSTICA ARTÍSTICA**  
**CLUBE: LGC**



**Campeonatos Territorial - 1ª  
Divisão e 2ª Divisão - Torneio  
de Lisboa e Encontro de  
Benjamins**  
**Pavilhão Casal Vistoso, Lisboa**  
**1 e 2 de abril**

**2ºLugar Paralelas assimétricas**

**Campeonato Territorial Base Artística**  
**AGL**  
**22 e 23 de abril**

**Paralelas assimétricas 1ºLugar**  
**Solo 2ºLugar**  
**Trave 3ºLugar**  
**Saltos 3ºLugar**



UNIDADES DE APOIO AO  
**ALTO RENDIMENTO  
NA ESCOLA**



# NOTÍCIAS

SOFIA PASSÃO  
MODALIDADE: JUDO  
CUBE: JCP



Campeonato AS Nacional Sub23  
Vila Nova de Gaia

1 de abril

3º Lugar (-57 kg)

# NOTÍCIAS



**GABRIEL VOROBCHEVICI**  
**MODALIDADE: TÉNIS**  
**CUBE: ET JAIME CALDEIRA**

Circuito Moita Sénior Cup  
Baixa da Banheira

22-23 de abril

Meias-final