

Entrevista com Sara Santos

Entrevista com **Sara Santos**, atleta Júnior Feminina da Gafanhoeira (Fed. nº4366).

Que mudanças físicas sentiste com o treino regular?

Eu desde pequena que gosto muito de correr e tenho pena de não ter começado mais cedo, tenho noção que à medida que crescia ia perdendo as minhas capacidades de resistência. A orientação abriu-me as portas para um mundo em que eu sempre quis participar, os treinos começaram-me a fazer sentir-me bem, pois afinal estava a fazer o que gostava. Comecei a notar que estava a ganhar novamente a resistência que eu tive, sinto-me melhor preparada para qualquer desafio a nível físico que me apresentem. Acima de tudo estou a gostar muito de desenvolver o meu nível físico nestes treinos.



Só comes-te a treinar regularmente mais tarde, inicialmente chegas-te a experimentar mas só mais tarde é que comes-te a praticar orientação com mais empenho, o que é que te fez decidir isso?

Experimentei pela primeira vez orientação para ver como era e o que era, gostei muito de experimentar e queria continuar. Mas quando eu quis começar estava numa altura de escola não muito favorável, tinha muitas disciplinas, testes e trabalhos o que me dificultava a vida para conciliar os treinos, as provas e o estudo. Este ano, como tenho menos disciplinas, decidi apostar mais na orientação, aprendi a conciliar os estudos, com os treinos e com as provas. Infelizmente por vezes tenho de faltar a provas ou a treinos para estudar mas depois tento dar o meu máximo naquelas provas em que participo. Hoje tenho noção de que inicialmente devia ter logo apostado na orientação mas como, no entanto, não o fiz, estou agora a tentar apostar tudo.

Estás a entrar numa idade em que existe muitas desistências por parte das atletas da prática desportiva, pois em breve irás para a universidade, como vês o teu futuro na orientação?



Infelizmente, sei que na minha idade não existem muitas atletas em competição, no entanto eu não estou a pensar desistir. Apesar de estar a esforçar-me para arranjar médias para entrar na universidade tenho noção de que se entrar na universidade, não quero desistir da orientação. Vou tentar ao máximo conciliar os estudos, com a competição e

com os treinos de modo a não precisar de abdicar deste desporto que me deu oportunidades que eu gostava de ter tido mais cedo mas não tive.

Neste momento és a única júnior feminina a participar nos treinos com regularidade, apesar de existirem mais 4 juniores femininas, porque é que achas que isto sucede?

Não sei bem ao certo. Penso que talvez sejam os estudos ou mesmo a falta de interesse, não sei bem. Acho que essas atletas, deviam tentar voltar às competições e aos treinos, porque iria lhes iria fazer bem a prática de desporto, visto que deixaram de vir repentinamente aos treinos. Por outro lado, existem poucas atletas em competição, o que lhes proporciona uma oportunidade de ir mais longe nas competições, além do divertimento que todos os dias, não só nos treinos, mas igualmente as provas nos dão.

Na prova de 17 e 18 de Maio o que esperas em termos organizativos fazer e quais as expectativas deste evento?

A prova de 17 e 18 de Maio espero que seja espectacular, aliás ainda mais espectacular que todas as outras que temos organizado. Em termos organizativos vou tentar ajudar no que poder, vou dar todo o meio apoio no que seja preciso. Acho que são provas simples, como esta de 17 e 18 de Maio, que mostram todo o empenho da nossa equipa, mostra como nós conseguimos organizarmo-nos e mostrar a todos que realmente não formámos um clube por simples hobby. E, mostra essencialmente, que por detrás de um grupo de jovens desportistas, divertidos e sempre animados existe um grupo com grande organização e um grande empenho.

