



Judo

Lis Tiger Club oferece arte marcial a jovens de instituições de Leiria

Projeto Clube transmite ensinamentos da modalidade a cerca de 20 jovens de forma gratuita. Resultados foram evidentes nas primeiras sessões, diz responsável do internato masculino

Martina Guerra

Alguns com fato de treino, outros de calções e as meninas (na maioria) de leggings. Por enquanto não há kimono, e quando for necessário fazer uma projeção, é recuperado um equipamento em segunda mão.

Há três meses que, duas vezes por semana, o Lis Tiger Club disponibiliza os seus técnicos para aulas gratuitas de judo a jovens do Colégio D. Dinis – Fundação António da Silva Leal (internato masculino) e do Lar feminino Santa Isabel, de Leiria. O objetivo principal é “dar oportunidades iguais [às de outras crianças] para praticar judo”, explica Rui Dinis, presidente do clube e um dos treinadores.

“Para nós a promoção é ínfima, porque na realidade a maior parte destas crianças não tem condições de pagar para praticar a atividade. É antes a nossa forma de contribuir para a sociedade”, entende.

O efeito foi imediato. Os jovens adotaram um comportamento mais tranquilo no seu dia-a-dia, aumentaram os níveis de autoconfiança e encontraram uma atividade

onde se divertem. “Tive medo em avançar com artes marciais para estes miúdos porque achei que poderiam potencial conflitos e estávamos a dar armas para fazer aquilo que não queremos que aconteça. Felizmente, os resultados são muito positivos. Os rapazes estão mais calmos e os conflitos na casa reduziram bastante”, explica Rita Cabral, diretora técnica do internato masculino. E acrescenta: “O judo transmite disciplina e respeito pelo outro, aumenta a autoconfiança, e há casos onde isso se nota bastante, apesar do pouco tempo que o projeto tem”.

Tempo voa

Com idades entre os 10 e os 17 anos, os adolescentes, que nunca tinham praticado a modalidade, fazem-no apenas de forma lúdica, sem competição.

Contado, nem sempre Rui Dinis e Filipa Ferrão, outra das treinadoras do clube da Boa Vista, Leiria, encontram o mesmo grupo de jovens. A presença depende sempre de outras atividades escolares e extracurriculares ou mesmo da disponibilidade pessoal. Mas até isso introduz dinâmica ao projeto, há rotativi-

- 01** Lar Santa Isabel é uma das duas instituições que acolhe o projeto
- 02** Aulas do Internato Masculino decorrem na própria instituição e abrangem 30 rapazes
- 03** Rui Dinta, presidente do Lis Tiger Club, treinador graduado com 4º DAN, e Filipa Ferrão, treinadora
- Fotos: Joaquim Ditrasso



05



Tive medo em avançar porque achei que estávamos a dar armas para fazer aquilo que não queremos que aconteça. Pelo contrário, os rapazes estão mais calmos e os conflitos na casa reduziram bastante”

Rita Cabral

diretora técnica do internato masculino

dade entre os residentes da instituição, ou seja, a mobilidade chega a mais jovens.

O treino é dado por dois treinadores e tem início com a saudação. Seguem-se exercícios de aquecimento e jogos motores, assim como exercícios técnicos e luta. Os 60 minutos terminam com nova saudação. “O tempo passa a voar e no final pedem sempre mais um pouco”, refere o técnico, o primeiro na região a fazer exame para receber

a graduação de 4º dan. Nas primeiras sessões no internato masculino, recorda, o tempo de atividade esticou. “Era para ser uma hora e saímos após duas, tal foi o entusiasmo, nosso e deles. Agora somos um pouco mais rígidos mas eles querem sempre mais”, diz.

Procuram-se parceiros

Apesar dos resultados positivos do projeto Judo Social, o clube da Boa Vista não sabe por quanto tempo irá conseguir manter a atividade. “Numa fase inicial candidátimo-nos a um apoio do Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ), mas o dinheiro está a acabar e não sabemos se vamos poder continuar”, lamenta Rui Dinta. “Seria excelente se os atletas pudessem continuar a praticar judo mas sabemos que é difícil”, justifica.

Confiante que o fim do apoio não vai matar o projeto, Rui Dinta acredita que vão surgir entidades públicas e privadas dispostas a “apadrinhar” a causa e a garantir o ensino do judo. “As caras irresistíveis dos jovens valem esse esforço”, assegura.

marina.guerra
@regiaoalestris.pt

02



REGIÃO DE LEIRIA

05.02.2015

Estrelas da semana



Fernanda Pereira, associação Carlotazinha. Com espírito de iniciativa, criou em pouco tempo uma nova associação que visa apoiar doentes e familiares, proporcionando-lhes contacto e companhia. (F36)



Rui Dinis, do Lis Tiger Club. Judo Social tem poucos meses e os resultados não tardaram a aparecer. Instituições estão solidárias mas falta de fundos pode acabar com projeto. (F30)



Hugo Mendes Aguiar, Associação Fazer Avançar. O programa SPEAK foi distinguido com o prémio E3 no âmbito do MIES - Mapa de Inspecção e Empreendedorismo Social. (F10)