



mais desporto

ATLETISMO ➔ SÃO SILVESTRE DE LISBOA



Casal orienta o último treino

Ricardo Ribas participou em todas as edições dos 10 km • Dulce Félix venceu por cinco vezes e regressa um ano após ter sido mãe • Amanhã estarão no Anfiteatro Keil do Amaral às 10 horas

por
SOFIA COELHO

DULCE FÉLIX e Ricardo Ribas são os atletas convidados para o último treino antes da 11.ª São Silvestre de Lisboa. Amanhã, os dois estarão no Anfiteatro Keil do Amaral, no Monsanto, a partir das 10 horas, para acompanhar todos os que queiram queimar calorias antes do Natal, numa sessão gratuita. Já hoje, os dois atletas estarão n'A BOLA TV, a partilhar as suas experiências na prova organizada pela HMS Sports, que se realiza no dia 29, com transmissão em direto neste canal.

Ribas, que este ano se mudou do Benfica para o SC Braga, como atleta, e é o treinador de Dulce, competiu em todas as edições dos 10 km da São Silvestre da capital, subindo ao pódio por quatro vezes. Já a pupila e mulher só falhou mesmo a edição do ano passado, porque acabara de ser mãe — a 19 de dezembro de 2017, de Matilde, que celebrou o primeiro aniversário anteontem. Vencedora em 2009, 2011, 2013, 2014 e 2015, a atleta do Benfica vai estar a correr pelo sexto sucesso na prova que começa e termina na Av. da Liberdade e que, este ano, terá um recorde de mulheres a participar. Entre os 10.500 inscritos até agora (o limite é de 12.000), 33 por cento são do sexo feminino — em 2017, ano da percentagem mais elevada de mulheres, era de 32 por cento.

O casal estará a competir pelo sucesso individual, mas também para ajudar o respetivo género na luta Homens vs Mulheres, com es-



Ribas mudou-se para o SC Braga esta época, mas Dulce continua com a camisola do Benfica

tas a partirem 3,53 minutos antes dos atletas masculinos — que, para vencer, terão de superar esta vantagem e chegar à meta primeiro.

A partida será às 17.30 horas, precedida da São Silvestre de Pequeneda, às 15 horas — cujo valor das inscrições reverte totalmente para uma instituição de solidariedade, este ano o Centro Sagrada Família. Jéssica Augusto (Sporting), a triatleta Melanie Santos (Benfica), Doroteia Peixoto (Amigos da Montanha), Ercília Machado (individual), Susana Godinho (Sporting), Silvana Dias (SC Braga) e Vera Nunes (GFD Running) vão correr, tal como Samuel Barata (Benfica), Hermano Ferreira (Escola de Atletismo de Coimbra), o triatleta João Pereira e Emanuel Rolim (ambos do Benfica).

A Sociedade Ponto Verde é parceira da organização nesta 11.ª edição, que a HMS Sports deseja que seja mais verde. Para tal, implementou várias medidas para diminuir o impacto ambiental, entre elas a redução do plástico, logo nos kits de partida a entregar aos inscritos, a aposta na reciclagem e a utilização de carros elétricos.

HOJE
18.00 h
CANAL 12 / MEO



Entrevista em direto
aos dois atletas

Dulce Félix e Ricardo Ribas estarão, esta tarde, n'A Bola das 6, às 18 horas, em entrevista no estúdio. A prova, no dia 29, será transmitida em direto n'A BOLA TV