


ATLETISMO ➔ SÃO SILVESTRE DE LISBOA


«Sou um viciado em desporto»

Miguel Costa é o padrinho da São Silvestre da Pequenada ◉ Ator participou com a filha mais velha no ano passado, antes de correr nos 10 km ◉ Dinheiro das inscrições reverte para instituição de solidariedade Centro Sagrada Família

por
SOFIA COELHO

MIGUEL COSTA nem hesitou ao ser convidado para apadrinhar a São Silvestre da Pequenada, destinada a crianças entre os 5 e os 13 anos e que se realiza antes da prova principal de 10 km da São Silvestre de Lisboa, a 29 de dezembro.

«Acredito que os exemplos começam em casa e quero incutir às minhas filhas o gosto pelo desporto como algo saudável para a mente e corpo. É uma honra e uma responsabilidade. Além disso, é uma oportunidade para angariar donativos para uma instituição de solidariedade. Isso é muito importante. A HMS Sports [organizadora] faz um trabalho incrível», elogia o ator, que participou com a filha mais velha, agora com 6 anos, na São Silvestre da



Ator adora correr e faz três a cinco treinos por semana, mesmo estando a trabalhar

Pequenada do ano passado, antes de correr também os 10 km.

«Já fiz os 10 km por nove ou 10 vezes. Tem um percurso bom e muito bonito, por estar decorado

naquela altura do ano. Há muita gente na rua, um ambiente incrível. É uma festa, que alia a parte competitiva ao lazer. Também gostava de levar a minha filha mais

nova, que tem quase 4 anos. Mas tem de ser vontade dela», sublinha Miguel Costa, que prefere provas de estrada e trail, mas já experimentou e pratica vários desportos, sem desculpas de falta de tempo.

«Sou um viciado em desporto. Já fiz muay thai, jiu jitsu... Mas gosto muito de correr. No mínimo, faço três treinos por semana, mas tento que sejam cinco. Gosto de trail... Já fiz 50 km na Serra da Estrela, duríssimo... Mas adorei!», conta o ator, que tem um grupo de amigos que o acompanha habitualmente. «Foi a escolha natural. Enquadra-se no espírito da prova», justifica Hugo Sousa, responsável da empresa organizadora, HMS Sports. A São Silvestre da Pequenada tem o apoio da Associação Mutualista Montepio e as receitas das inscrições (5 euros cada) revertem este ano para o Centro Sagrada Família. Realiza-se às 15 h, de dia 29, na Av. da Liberdade.

Afinal há equipa no Euro

A Federação Portuguesa de Atletismo (FPA) divulgou uma nova lista de convocados para o Europeu de corta-mato de 9 de dezembro, em Tilburg, na Holanda, dois dias depois da Seleção inicial ter sido anunciada. Miguel Marques e António Silva (Sporting), que tinham criticado a ausência na formação inicial, juntam-se aos já convocados Rui Pinto e André Pereira (Benfica), passando a haver equipa sénior masculina (mínimo de quatro para pontuar). Marques tinha ganho em Torres Vedras, sendo o 3.º português em Alcobendas (Espanha), atrás de Pereira e Silva. A nova lista tem ainda Susana Francisco (Sporting) como suplente.