ACADÉMICA RUGBY

MAGAZINE

N1 | SETEMBRO-DEZEMBRO 2022

30 ANOS
A APOIAR
QUEM
DESENHA
E CONSTRÓI
O FUTURO

Organização de Processo de Concurso
Elaboração de Cadernos de Encargos
Revisões de Projectos
Fiscalização de Obras

RUI PRATA RIBEIRO, LDA.
SERVIÇOS DE ENGENHARIA

30
ANOS

www.rpr.pt

Sumário

4. Palmarés

6. História - O Início

12. Presidente - Rugby na AAC | Um Projeto Desafiador

14. Direção - Biénio 2022 - 2024

16. Honra / Challenge

24. Calendário Competitivo DH

27. Entrevista - Administrador do Hospital da Luz - Coimbra

28. Grupo de Desenvolvimento

32. Escolas de Rubgy AAC

44. Rubgy Feminino

50. Touch Rubgy

54. Entrevista - Presidente do Conselho de Administração da SAMSIC Portugal

56. Os Pretos da Seleção

FICHA TÉCNICA

Propriedade: Associação Académica de Coimbra Secção de Rugby

Diretor: Joaquim Murta

Editor: Fernando Soares (Nanã)

Edição Gráfica: Beatriz Canoa

Gráfica: RPO - Produção Grafica, S.A.

Periodicidade: Trimestral

Tiragem: 500 exemplares

Com os agradecimentos pela sua colaboração através de texto ou registos fotográficos a:

- Manuel da Costa
- Cesar Pegado
- Sergio Franco
- João Neto
- Jose Antonio Fernandes
- Fernando soares (Nanã)

Ainda um agradecimento muito especial, **a todas as empresas que através da sua publicidade acreditaram e tornaram possível este nosso novo projeto** e ajudaram ao lançamento desta primeira edição da "Académica Rugby Magazine"

Palmarés

Medalha Dourada de Mérito Desportivo da Cidade de Coimbra

SÉNIORES

- Campeão Europeus de Sevens Universitários: 2009/2010;
- Taça Ibérica: 1997;
- Campeão Nacional: 1976/77, 1978/1979, 1996/1997 e 2003/2004;
- Campeão Nacional 1ª Divisão: 2006/2007 e 2008/2009;
- Campeão Nacional 2ª Divisão: 1993/1994;
- Campeão Nacional de Sevens: 2006/2007, 2009/2010 e 2012/2013;
- Campeão Nacional de Sevens Universitários: 2007/2008,2008/2009,2009/2010, 2010/2011, 2012/2013, 2014/2015 e 2016/2017;
- Taças de Portugal : 1973/1974, 1979/1980, 1989/1990, 1994/1995, 1995/1996, 1996/1997 e 2017/2018;
- Taças Primavera : 1993/1994, 1994/1955, 1995/1996, 1996/97;
- Supertaça: 1988/1989 e 1996/1997;
- Vencedor do Sevens Universitário Belanuby Trohpy em Poitiers: 2003/2004;
- Campeonato Nacional de Reservas: 1986/1987 e não 1989/1990;
- Torneio de Abertura: 1973/1974 e 1999/2000;
- Torneio de Abertura da Região Centro e Norte: 1994/1995;
- Taça António Cabral Fernandes: 2003/2004;
- Taça de Portugal Sub 21: 2011/2012;
- Taça de Portugal Sub 20: 2007/2008;

JUNIORES E ESCALÕES DE FORMAÇÃO

- Taça Ibérica de Juniores: 2001
- Campeão Nacional de Sub:18 2013/2014;
- Campeão Nacional de Juniores: 1999/2000;
- Vencedor Supertaça Juniores: 2000/2001;
- Campeão Nacional de Juniores da 2ª Divisão: 1983/1984;
- Campeão Nacional de Juvenis: 1995/1996
- Torneio Nacional de Iniciados: 1993/1994, 1997/1998, 1998/1999, 2000/2001

História

O Início...

NADO E CRIADO

Rezam mais as bocas que as crónicas, de que o rugby terá aparecido em Coimbra no ano de 1935, data em que o então estudante de medicina **José Maria Antunes**, o do futebol da AAC, claro, quando da Queima das Fitas, desse ano, decidiu organizar um jogo demonstração entre uma equipa de voluntariosos de Coimbra e jogadores de Veterinária e Agronomia de Lisboa.

Foi assim que se conseguiu realizar no "ervado" campo do Arnado o 1º jogo de Rugby em Coimbra.
Depois, foi-se assistindo a um conjunto, mas esporádicos, de eventos no âmbito universitário, a começar pelos primeiros Jogos Universitários de 38/39 onde, inevitavelmente não deve ter faltado a malta de Coimbra - ela está em todas!

A 6 de Maio de 1940, de novo integrado nos jogos universitários joga-se com a Universidade Técnica de Lisboa, ainda no campo do Arnado e perde-se por 6-3.
A 15 de Maio de 1942 disputa em Lisboa, no campo da Tapadinha, a final dos ditos campeonatos universitários e empata a zero pontos. Um mês depois, joga a desforra em Coimbra e sai vencedora sobre Lisboa por 8-0. A primeira vitória!

Em 1946, ainda participa na Olimpíada Universitária e aí terá terminado o primeiro ciclo do Rugby em Coimbra.

A CRIAÇÃO

São seus progenitores uma emanação da sociedade coimbrã marcadamente boémia e académica que expressava através do Rugby muita da sua irreverência, ou não fosse ele o tal jogo que exacerba os corpos e enaltece os espíritos.

O hiato que então medeia até 1955 ano da criação da Secção de Rugby da AAC, justifica-se pelas chamadas causas óbvias de Coimbra: cidade estudantil que forma mas não fixa, isolada das rotas competitivas, ausente dos quadros técnicos e, acima de tudo, da falta de substrato. A Coimbra, ia-se, não se vinha para Coimbra.

Até que nos anos cinquenta, de entre uma nova leva de caloiros, surge um grupo liderado pelo **Sá Lima** do CDUL que apoiado nos que restavam dos anos quarenta, (**Mário Alberto**, que nos recorde) e uns quantos da nova vaga (**Ciniro, Tomaz, Zé Brinca**, os primos **Luís e José Falcão, Temido, Trincão, Jacinto, Loja, Zé Maria, Vaz Pato, Vasco Silva**) recupera a mística rugbysta coimbrã e cuida de institucionalizar a modalidade nos anais da Associação Académica de Coimbra, com a criação nesta de uma secção de Rugby.

Terá sido este pequeno passo, o da autonomização organizativa das gentes do Rugby, que hoje, à distância de 67 anos, elegemos como o marco decisivo para a consolidação do Rugby na AAC.
É que quando a vontade é livre esta move montanhas na procura da realização.
Estes, ao criarem a secção, não só assumiram perante a sua consciência um acto indómito de responsabilização como, ao integrarem-se na AAC, estavam a optar entre o sistema de Centros Desportivos Universitários do regime e o do associativismo livre, ainda que tutelado de uma das maiores As-sociações de Estudantes da Europa, senão do Mundo.

São estes pioneiros, companheiros de jogo e de borgas que dão início, ao inconformismo e à quebra de tabús, filiando-se na Associação de Rugby de Lisboa, única entidade da única área onde se jogava Rugby.

Entretanto o Rugby vinga, a secção aguenta-se e em 58 a FPR, então criada, organiza o 1° Campeonato Nacional em "poule" a duas voltas com as seis equipas de Lisboa, (Benfica, Belenenses, Sporting, CDUL, Direito e Agronomia e uma de Coimbra (AAC).

Era então treinador-jogador **Thomás Rosa**, um dos lisboetas, que melhor e mais forte se postulou à mística Coimbra - "Rugby é Rugby", "copos é copos".

Um grande jogador, um bom capitão, um treinador competente e um companheiro para o que der e vier farras incluídas.

Começámos, aqui, com ele. Conhecemo-lo em todas! Até no equipar era um senhor. Teórico, quanto basta, para amansar as feras, dotado de uma excelente técnica de execução, optava quase sempre em fazer bem ou não fazer. Era um homem de garbo.

Nos anos 60, com a crise colonial, o **Thomás de Aquino Rosa**, de seu nome completo, viu-se privado da regular mesada que lhe advinha de Angola. Alguém o ouviu queixar-se?

E, aos fins de tarde, depois dos treinos, quando os havia e quando não os havia, lá estávamos, nos mesmos lugares (**Zé Manel, Toino Ladrão, Democrática, Mija Cão, Tapa**) para os mesmos efeitos: vinho tinto não nos recorda, de termos bebido outra coisa ou com outra cor, aquela buxa com muito molho e o Thomás - teso que nem um carapau. Teso é como quem diz. Presente, sempre e sempre com a mesma atitude: nunca pedir nem aceitar que lhe pagassem um copo que fosse. Antes, discretamente, ia junto da tribo esta questão das tribos vai acompanhar o historial do rugby da AAC ao longo dos anos, como uma das suas simbologias - e, ora a um, ora a outro, pedia emprestado uma nota de vinte - que sempre pagava, quando podia, ou cravava uma moeda de dez, que não restituía, por no seu cátedro entendimento, que explicitava, considerar o acto de restituição de uma moeda, um acto menor, sem elevação, que

não dignificava nem um nem outro.

Quando a coisa estava mesmo mal, ficava-se pelo copo que bebia, a tragos, como que mastigando-o, acompanhado das sopinhas no tal molhame da dita buxa. Dizia que não lhe apetecia mais. Quando a espaços lá chegava uma ou outra mesada, vá, no imediato, de pagar a quem devia, até chegar, para logo ficar teso outra vez.
Já depois de regressado de Angola, integrado na vida profissional, voltou a Portugal, procurou os amigos e pagou-lhes o que faltava.

A grandeza de um homem, às vezes, mede-se pelo grau da sua tesura!
Nessa época, perderam-se todos os jogos e continuar-se-ia a perder por muitos e bons anos, na convicção de que assim tinha que ser até aprendermos. Leis do Jogo? Nem vê-las!

A bola tinha que ser passada para trás e ninguém podia estar à frente de quem chutava. Árbitros? Eram os deles ou algum de entre eles porque nós nem para nós sabíamos.

Viajavam no mesmo autocarro e tudo.
Em 1959, vem para Coimbra Júlio Ribeiro, ao que nos disseram do Benfica, e durante esse ano e o seguinte treinou e bem a rapaziada. É o glorioso tempo, não das máquinas voadoras, mas dos "elefantezinhos" como os apelidava **Mestre Cândido de Oliveira**, então treinador de futebol AAC .

Mestre Cândido, de que chorámos a sua morte nos anos 60, ainda sem termos descoberto que foi ele o primeiro, em Portugal, em 1919, a questionar a vertente pedagógica do jogo, introduzindo a sua prática na "sua" Casa Pia de Lisboa, mas já sabíamos, entre outras coisas, que o Salazar o tinha mandado para o Tarrafal.

Ao tempo, estes "elefantezinhos", eram apenas dezoito que, duas vezes por semana, se esfarrapavam todos no saibroso campo de Stª. Cruz para, de entre eles, quinze jogarem o domingo com os seus adversários lisboetas. Entretanto, nos balneários, ia-se surripiando algum equipamento (meias, trousses, toalhas) ao basket, enquanto no

Seleção de Coimbra da década de 1950. Deu origem posteriormente à constituição da Secção de Rugby da AAC em 1955

Jogadores da primeira equipe da AAC em confraternização após um jogo.

recinto de treinos e jogos, se esmiuçava o saibro no intuito de encontrar alguns pitons de couro, eventualmente soltos das botas dos futebóis.

Eram equipas de grande porte atlético, para um jogo, onde a linha de fora de jogo coincidia sempre com a linha de bola e a posição das cabeças nas mêllées era disputada daí o contacto eminente e faiscante. Depois, apareceu o CDUL com o seu rugby chamado de cor-de-rosa e a paneleirice de só jogarem em campos relvados.

Lá fomos nós falar com Pimenta, velha glória do futebol 39 da AAC, então presidente da Câmara de Leiria para nos autorizar a jogar com os "meninos" do CDUL. A malta o que queria era jogar. O jogo realizou-se sob de chuva e vento, que tornou o jogo incaracterístico com o resultado final de 0-0 e o campo numa lástima.
Nunca mais tivemos coragem de lá voltar, se calhar, nem para agradecer aquela cedência. Também não era preciso, a malta mesmo, quando não tocava a mesma cor política, tocava a AAC e era em uníssono.

Eram deste tempo o **Ciniro, o Thomás, os Brincas (Zé Manel, Tó e Mim), o Grácio, Machado Faria, Clemente, Barrilaro Ruas, Cardoso, Videira, Pedro Monteiro, Machadinho, Vasco Silva, Garcia, Paquim, Tó Almeida, Quim Pereira** e nós.

A 17 de Março de 1960, disputa em Coimbra, no Estádio Municipal, frente aos ingleses de St. John, College de Oxford, o seu primeiro jogo internacional e perde por 48-0."

CONTINUA...

Manuel da Costa
"As simbologias do Rugby nos quarenta anos da Académica"

1º Jogo Oficial da AAC
1955

Em cima: Tomáz, Mario, Trincão, Soares, Falcão, Polentas, Jardim, Nivio, Aires e Ciniro
Em baixo: Luís Falcão, Sá Lima, Vaz Pato, Brinca, Mário Alberto, Mendes Silva, Vasco Silva e Loja

Presidente

RUGBY NA AAC | UM PROJECTO DESAFIADOR

O Rugby é um desporto coletivo que tem como valores principais a integridade, a amizade, a paixão, a solidariedade, o respeito, o espírito de equipa e a disciplina - “Mais que um jogo, o rugby é uma filosofia de vida”.

Como escreveu alguém” Do Rugby aprendi preciosas lições, úteis para o resto da minha vida. Aprendi que 15 empurram mais que 1, mas se 1 não empurra, os outros notam-no. Aprendi a calar, a baixar a cabeça com respeito, sem me sentir menos que alguém. Aprendi a compreender que pelo simples facto de formar um círculo abraçando os meus companheiros e repetindo a palavra humildade, já venci, independentemente de que fique a zero ou não. Aprendi que os “corredores” são importantes, sobretudo quando ganhei mas que devo valorizar e recompensar o esforço da outra equipa. Aprendi a saber aceitar sem reclamar, a não me resignar, a trabalhar para saber o que custa ganhar 1 metro em silêncio, e o fácil que é perder 10 por não saber estar calado. Aprendi a respeitar as decisões de uma forma férrea, a aplaudir os erros dos meus companheiros, que também são os meus e sobretudo a levantar-me 100 vezes. Talvez deixes de ser muitas coisas, mas serás sempre jogador de rugby a enfrentar a vida.”

A Direcção da Secção de Rugby da AAC, que há pouco tempo tomou posse, tem como principais objetivos: criar as melhores condições logísticas para que seja po-sível um constante convívio, entreajuda, companheirismo e amizade entre todos os atletas, dos 6 aos 100 anos, promover o rugby junto de toda a população como um desporto que incute os valores acima referidos, muitas vezes esquecidos ou menosprezados e cada vez mais fundamentais na formação e desenvolvimento estruturado de homens e mulheres do futuro, informar e juntar todos os antigos atletas, apoiantes e amigos do Rugby da AAC, aumentar o número de atletas em todos os escalões bem como potenciar as diversas equipas de molde a torná-las mais competitivas a nível nacional, dinamizar a intrínseca parceria entre a Secção de Rugby da AAC e o Clube de Rugby e, num futuro próximo, criar um complexo desportivo na cidade (Rugby AAC) onde todas estas iniciativas serão naturais e intuitivas.

Se alguma vez jogaste Rugby, sempre serás membro de uma família sem fronteiras, com uma língua, um pensamento, uma atitude e uma visão comuns.

Precisamos e contamos com todos neste projeto!

Saudações Académicas

Joaquim Murta

Na foto, da Esq. para a Drt.

João Aguiar; Daniel Almeida; Gonçalo Breda; Rui Loureiro; Joaquim Murta; Paulo Bandeira; António Cunha

Ausentes na foto:

António Salgueiro; João Neto; Gonçalo Ramos; João Dinis

Direcção *Biénio 2022-2024*

Presidente - Joaquim Murta

Director Desportivo - Gonçalo Neto

Director Jurídico - José Carlos Pires

Directora Área Social - Rita Matias

Honra / Challenge

Rui Miguel Ferreira Rodrigues

Treinador Principal

Idade: 35 anos
Localidade: Residente em Anadia
Habilitações Literárias: Licenciado em Ciências do Desporto

Aos 5 anos por influência do meu pai, iniciei-me no rugby no Moita Rugby Clube da Bairrada.
Aos 15 anos fui jogar para a AAC onde acabaria por me sagrar campeão nacional de 7's por 3 vezes e campeão nacional do CN1.
Durante esse período, fiz parte da seleção nacional, nos Sub18, Sub 20, Seven´s e Senior XV.

Como treinador iniciei-me aos 20 anos, nas camadas jovens da AAC, tendo tido posteriormente uma experiência no Brasil antes de me tornar diretor técnico do MRC Bairrada em Janeiro de 2009. Este cargo técnico foi ocupado por mim durante 9 dos 13 anos em que estive envolvido profissionalmente com o clube. Durante esses 13 anos, tive a responsabilidade de liderar as equipas técnicas dos escalões que acabariam por ter conquistado os primeiros cinco títulos nacionais do clube:

- 2011/12 Campeões Nacionais Seniores Femininos 2ª Divisão;
- 2013/14 Campeões Nacionais S18 2ª Divisão; 2014/15 Campeões Nacionais S18 Sevens Masculino (1ª Divisão);
- 2016/17 Campeões Nacionais CN2 Seniores Masculinos;
- 2021/22 Campeões Nacionais Sevens S18 Feminino.

O convite que me foi endereçado pelos responsáveis da AAC foi sentido com enorme entusiasmo mas também com enorme responsabilidade. A AAC é um clube histórico no rugby nacional, que para continuar dentro dos melhores tem vindo a reforçar-se em diversas áreas dentro e fora de campo. Acredito que com este reforço coletivo e rodeando-nos do que existe de melhor poderemos atingir os objetivos propostos. Neste sentido, destaco a presença na nossa equipa técnica sénior do João Luís, antigo atleta da AAC e treinador principal, tal como o José Batista de Almeida, ex-atleta e treinador da AAC, que serão peças chave na nossa estrutura de trabalho para a presente época.
Acreditamos que a consolidação da equipa challenge será de extrema relevância para o departamento sénior, visto que dará maior competitividade interna e maior adaptação aos jogadores vindos da formação, potencializando-os para ingressar na equipa da divisão de honra.

Estar no TOP 6 nacional é igualmente um dos objetivos para a presente época, com uma clara noção de que só um grupo de atletas alargado, motivado e disciplinado, nos fará atingir este patamar. Estamos certos que será uma época desafiante para todos e certos que tudo faremos para que os objetivos sejam uma realidade para nós, para os atletas, direção e adeptos.
Esperamos pelo teu apoio em qualquer campo, seja a equipa challenge seja a equipa da honra.

Vamos pretos!

José Miguel Folhadela de Oliveira Baptista de Almeida

Treinador

Idade: 32 anos

Primeiro contacto com a modalidade: Agosto de 1996 (5 anos de idade) nas atividades de verão organizadas na praia da Figueira da Foz; Primeiro ano de inscrição na AAC - Rugby: Setembro foi em 1996.

Formações relevantes na área desportiva:
- Licenciatura em Ciências de Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra;
- Mestrado em Treino desportivo para Crianças e Jovens da Universidade de Coimbra;
- Formado para instrução de treino funcional grau 1;
- Curso de treinadores de Rugby – grau 1 (dei treinos durante a minha ligação de dois anos e meio ao RC Lousão aos escalões sub14 e sub16 do club).

Outras informações desportivas:
- Estágio profissional no RC da Lousã em 2013;
- Joguei duas épocas e meio no RC Lousã (épocas 2013/2014, 2014/2015, até finais de Dezembro 2015).

De Salientar no meu curriculum desportivo:
- Jogador Internacional desde 2006, representando a seleção portuguesa em 4 Campeonatos da Europa de Rugby (2 campeonatos da europa Sub18 e 2 Campeonatos da europa Sub19);
- Vencedor da taça de Portugal Juniores pela AAC-rugby no ano de 2007/2008;
- Vice -Campeão europeu de Sevens Universitários na época de 2008 em Bristol;
- Campeão Europeu de rugby Universitário modalidade Sevens – Córdoba 2009;
- Vice-Campeão da liga Amadora de Rugby do Sul da Austrália onde representei a equipa do BURNSIDE (experiencia de 3 meses juntamente com o Rui Rodrigues)- 2009;
- Campeão Nacional Sénior de Sevens, 2010;
- Finalista vencido da Final da Taça de Portugal Rugby Sénior – 2011/ 2012;
- Finalista vencido da Final da Taça de Portugal Júnior 2013;
- Finalista vencido do campeonato Nacional da primeira divisão ao serviço RC Lousã -2013/2014;
- Fui Convocados para os trabalhos da Seleção nacional de XV na época de 2014 e 2015, tendo feito treinos e jogos amigáveis no entanto sem ter sido nenhuma vez internacional;
- Campeão Nacional primeira divisão ao serviço RC Lousã 2014/2015;
- Representação da seleção Portuguesa no Mundialito de rugby de praia 2015 – Rio de Janeiro;
- Vencedor da Taça de Portugal representando a AAC-Rugby em 2018.

João Luis Pinto

Analista de Vídeo / Formação Coordenada / Ginásio

Jogador da AAC desde os 15 anos de idade (1988), e sempre na posição de formação

Fez parte da equipa sénior da AAC que conquistou a Taça de Portugal, 1990; 1995 e 1996. EM 1997, época de ouro da AAC, conquista o Campeonato Nacional; Taça de Portugal; Taça Primavera; Super Taça e ainda a Taça Ibérica.

A partir de 2003, passa a técnico desportivo na AAC passando também pela Seleção Nacional de SUB18, SUB19 e ainda do escalão principal, no XV Nacional, onde regista varias conquistas entre Taças de Portugal, e nomeações como treinador do ano.

Paulo Campos

Diretor da Equipa Sénior

HOSPITAL DA LUZ COIMBRA

LUZ SAÚDE

É urgente? A Luz 24 está sempre presente.

Ligue para o 217 104 424 e aconselhe-se com segurança sobre o que fazer.

TRIAGEM CLÍNICA ADULTOS E CRIANÇAS

LUZ 24

SEMPRE EM LINHA CONSIGO

217 104 424

Para mais informações consulte MY LUZ hospitaldaluz.pt

Hospital da Luz Coimbra, SA | N.º Registo ERS: E119752 | N.º Licença de funcionamento ERS: 5831/2013 | Praceta Robalo Cordeiro, 1, Coimbra

RUGBY
RUGBY
RUGBY
RUGBY
LOUNGE CLUB
MARCA JÁ O TEU CONVÍVIO!!
CONVÍVIOS ACADÉMICOS,
ANIVERSÁRIOS, FESTAS DE EMPRESA,
DESPEDIDA DE SOLTEIRO/A
CONTACTO
913582907
RUGBYLOUNGECLUB@GMAIL.COM
RUA CASTRO MATOSO 14 COIMBRA - @RUGBYLOUNGECLUB_OFFICIAL

Calendário Competitivo DH

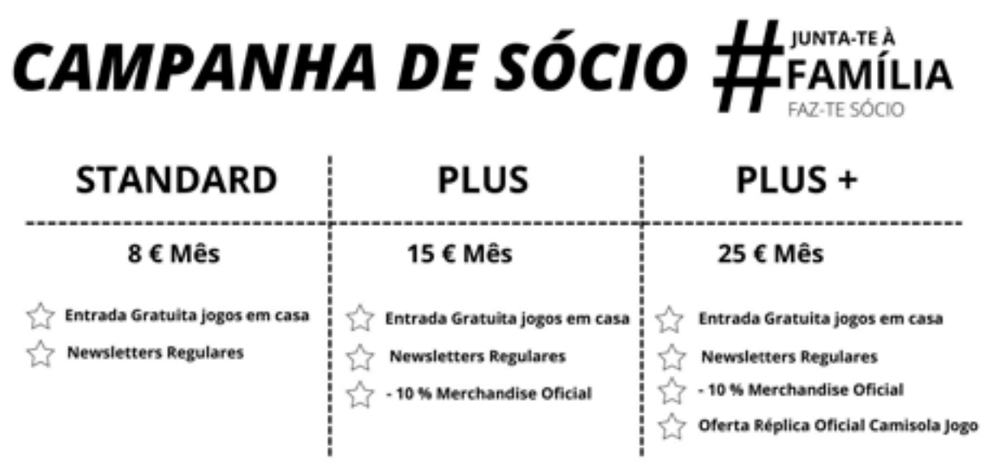
CF BELENSES
GD DIREITO
GDS CASCAIS
CDUL
AEIS AGRONOMIA
SL BENFICA
CR SÃO MIGUEL
AA COIMBRA
CDUP
RC LOUSÃ

1ª Jornada (8/9 de Outubro)			
SLB	CFB	Domingo	12:00
AAC	AEIS Agronomia	Domingo	15:00
CDUP	CDUL	Sabado	18:00
RC Lousã	GDD	Sabado	15:00
GDS cascais	CRS Miguel	Sabado	12:00
2ª Jornada (22/23 de Outubro)			
CFB	AAC	Sabado	15:00
AEIS Agronomia	CDUP	Sabado	18:00
RC Lousã	CDUL	Domingo	15:00
GDD	CRSM	Sabado	12:00
GDS cascais	SLB	Domingo	12:00
3ª Jornada (5/6 de Novembro)			
CDUP	CFB	Sabado	15:00
AAC	GDS Cascais	Sabado	18:00
SLB	GDD	Domingo	12:00
CR Smiguel	CDUL	Sabado	12:00
RC Lousã	AEIS Agronomia	Domingo	15:00
4ª Jornada (12/13 de Novembro)			
CFB	RC Lousã	Sabado	15:00
GDD	AAC	Sabado	18:00
CDUL	SLB	Sabado	12:00
GDS cascais	CDUP	Domingo	15:00
CRS Miguel	AEIS Agronomia	Domingo	12:00
10ª Jornada (28/29 de Janeiro)			
AEIS Agronomia	SLB	Sabado	12:00
CDUL	AAC	Sabado	18:00
GDD	CDUP	Sabado	15:00
GDS cascais	RC Lousã	Domingo	15:00
CFB	CRS Miguel	Domingo	12:00

5ª Jornada (26/27 de Novembro)			
AAC	SLB	Sabado	15:00
CDUP	CRSM	Sabado	18:00
GDS Cascais	CF BELENSES	Sabado	12:00
GDD	AEIS Agronomia	Domingo	15:00
CDUL	RC Lousã		
6ª Jornada (03/04 de Dezembro)			
SLB	CDUP	Domingo	15:00
CRSM	RC Lousã	Sabado	15:00
CF BELENSES	GDD	Domingo	12:00
AEIS AGRONOMIA	CDUL	Sabado	12:00
GDS Cascais	AAC		
7ª Jornada (07/08 de Janeiro)			
RC Lousã	SLB	Sabado	15:00
CDUP	AAC	Domingo	15:00
CDUL	CFB	Sabado	12:00
GDD	CR SÃO MIGUEL	Sabado	18:00
AEIS Agronomia	CRSM		
8ª Jornada (14/15 de Janeiro)			
SLB	CRSM	Sabado	15:00
AAC	RC Lousã	Domingo	15:00
CF BELENSES	AEIS Agronomia	Sabado	12:00
GDS Cascais	CDUL	Sabado	18:00
GDD	CDUP		
9ª Jornada (21/22 de Janeiro)			
CRSM	AAC	Sabado	15:00
RC Lousã	CDUP	Domingo	15:00
AEIS AGRONOMIA	GDS Cascais	Sabado	12:00
CDUL	GDD	Sabado	18:00
SLB	CF BELENSES		

www.fpr.pt

Santander CARTRACK JOGOS SANTACASA macron GILBERT



Pedro Beja Afonso

Administrador do Hospital da Luz - Coimbra

Patrocinador da Secção de Rugby da AAC há vários anos, o Hospital da Luz Coimbra é o parceiro de Serviços Médicos Oficiais do (nosso) clube. Em entrevista à (nossa) revista, Pedro Beja Afonso, administrador do Hospital da Luz Coimbra, assume-se admirador da modalidade, defende os valores associados ao rugby e considera que o apoio do Hospital da Luz Coimbra contribui para a prática de um estilo de vida saudável e para o desenvolvimento de uma medicina preventiva.

Quando começou a sua relação com o rugby?

A minha relação com o rugby começou na minha juventude, pois tinha muitos amigos que praticavam a modalidade.
Por esse facto, aprendi, desde cedo, a admirar um conjunto de circunstâncias relacionadas com o rugby, em particular, a camaradagem, o espirito de grupo e a lealdade a valores fundamentais.

Qual a sua opinião sobre o rugby da AAC e sobre esta modalidade? Porquê apoiar o Rugby da AAC ?

O rugby da AAC tem uma história fantástica e continua a mobilizar diferentes gerações, que se unem pela paixão ao clube e à modalidade. Por outro lado, os valores associados ao rugby, nomeadamente, a integridade, disciplina, trabalho em equipa e respeito pelas regras e pelos adversários, são valores nos quais o Hospital da Luz Coimbra se revê e que estão na sua matriz de desenvolvimento.

Ao apoiar o desporto, o Hospital da Luz Coimbra está a contribuir por um lado para a prática de um estilo de vida saudável, que deve ser iniciada desde cedo, e, por outro, estamos a dar ao clube as condições para fomentarem a prática de desporto em segurança. Contribuimos para o desenvolvimento de uma medicina preventiva, quando fazemos os check-ups aos atletas, e potenciamos uma rápida e vigorosa reabilitação, quando os atletas se lesionam.

Hoje em dia o desporto sénior está cada mais profissional e exigente, e, não tenho dúvidas que o nosso apoio ajuda o clube a caminhar num sentido de maior sustentabilidade desportiva.

Há quanto tempo o HLC apoia o rugby da AAC?

A relação do HL Coimbra com o rugby da AAC é já bastante longa. A Luz Saúde quando adquiriu a Idealmed manteve a parceria que já existia, e, aliás, tem incrementado e melhorado todas as formas de articulação.

Qual a experiência e retorno para o HLC com esta parceria ?

Estamos satisfeitos com a parceria e com o profissionalismo dos corpos dirigentes do rugby da AAC. Trata-se de uma parceria feliz.

Como vê a necessidade das empresas da região apoiarem o desporto em Coimbra?

Acho absolutamente fundamental que haja mais apoio à pratica desportiva, onde as empresas têm um papel fundamental. Todos gostamos de ver bom desporto e de ter opções de escolha para os nossos filhos quando estes querem praticar uma modalidade. No entanto, é preciso dizer que, presentemente, a formação desportiva nas diversas modalidades e clubes da cidade só é possivel por altruismo de muitas pessoas. Há de facto, felizmente, muitas pessoas que por paixão à modalidade abdicam do seu tempo familiar para estarem a contribuir para a formação desportiva. Como se percebe, este modelo não é sustentável e, como tal, temos que caminhar num sentido de profissionalizarmos esta área, pois é fundamental para uma vida equilibrada em sociedade.

Grupo de Desenvolvimento

Técnicos

SUB 18 & SUB 16

Treinadores SUB 18

Leandro Fonseca
António Salgueiro
Hugo Gomes

Treinadores SUB 16

Luis Pinto
Moisés Duque

Paulo Festas
Diretor Desportivo

ACADÉMICA RUGBY

SUB 16 / 18

TREINOS

2ªs Feiras 20:00 - 21:30
Campo de Santa Cruz

4ªs e 5ªs Feiras
19:30 - 21:00
Estádio Universitário Coimbra

APARECE PARA TREINAR!
ESTAMOS À TUA ESPERA!

geral@rugbyaac.com

CAR SISTEMA
Produtos para repintura e reparação automóvel

CAR REPAIR SYSTEM
sistema profissional para repintura automóvel

ESPECIALISTAS EM ACABAMENTOS DE SUPERFÍCIES

www.carsistema.pt

così
GELADO

Rua do Quebra Costas nº1, 3000-340 Coimbra | cosigelado@gmail.com | @gelatariacosi

Escola de Rugby da AAC

ESCOLA DE RUBGY DA AAC

Diretor Técnico

Sérgio Franco

Coordenador Pedagógico e Rugby nas Escolas

António Salgueiro

Diretor da Escola de Rugby da AAC

Miguel Ferreira

Técnicos

SUB 14: Sérgio Franco, João Aguiar e Anibal Gatões

SUB 12: Pablo Casas e Ricardo Vieira

SUB 10: Ricardo Gonçalves e Gonçalo Breda

SUB 6 e 8: Nuno Vasconcelos, David Melfe, Bruno Pinto, João Moreira e Gil Ribeiro

PASSADO, PRESENTE E FUTURO

A Escola de Rugby da AAC tem como Missão:

· Promover o interesse das crianças, rapazes e raparigas dos 4 aos 14 anos, para a prática do Rugby, independentemente das suas capacidades;

· Promover e ensinar rugby, desenvolvendo e orientando atletas para o seu máximo potencial, encorajando a disciplina, compromisso, solidariedade, integridade e honra dentro e fora do campo;

· Possibilitar o ensino do Rugby por técnicos qualificados, através de um programa próprio por etapas e por níveis de complexidade crescente, tendo como orientação pedagógica preferencial, o Guia do Rugby Juvenil da Federação Portuguesa de Rugby (FPR);

· Fidelizar o maior número possível de jovens à Secção, reduzindo as taxas de desistência que se verificam anualmente, "alimentando" de forma consistente as equipas de competição com jogadores de qualidade.

A primeira equipa de sub 14 da Académica à altura com a designação de iniciados, coincidiu com o aparecimento deste escalão no rugby português no ano de 1969. Consideramos as-sim, que a Escola de Rugby da AAC teve o seu início, precisamente nesse ano. Era treinador Grácio Ribeiro. Recordo o Carlos Cerca e o Mário Nabais que perseguiram o seu percurso como jogadores até à equipa sénior.

No início dos anos 80 terá surgido a primeira equipa de infantis (sub 12) constituída por filhos de jogadores da AAC (do Tony Cabral Fernandes, do Álvaro Santos e do Gonçalo Carvalho).
Por sua vez o escalão de sub 10, com a designação de Benjamins, surgiu em 1991, tendo como principal impulsionador o António Monteiro da Costa, ex jogador e ex presidente da secção, pai de Luís e João Monteiro, este à altura com 9 anos de idade viria a ser internacional sub 19. Nessa primeira equipa de Benjamins, jogaria também Luís Pegado, filho do César Pegado. Os Benjamins fariam o seu primeiro jogo em Arcos de Valdevez, a 17 de maio de 1992.

No ano de 1993/94 a nossa Académica seria o primeiro clube fora de Lisboa a alcançar um título nacional no rugby juvenil português ao vencer o Torneio Nacional de Iniciados. Em 1995/96, os Juvenis seriam Campeões Nacionais e mais tarde em 1999/2000, os Juniores seriam também Campeões Nacionais, vencedores da Super Taça e ainda Campeões Ibéricos. João Monteiro, Rui Pedro, Hugo Gomes, que tinham iniciado a sua carreira em 1991 nos Benjamins, bem como Tiago Lima, Ricardo Dias e Hugo Rodolfo que fizeram parte da equipa de iniciados de 1993, viriam a ser Campeões Nacionais Séniores na época 2003/2004.

Na época de 2019/2020 surgiu a nossa primeira equipa de sub 6 com 10 jogadores inscritos na FPR.

Para nós, parece-nos óbvio que não é importante valorizar a vitória nesta fase inicial. Nesta fase é determinante que os responsáveis pelo enquadramento técnico sejam pessoas com valores cívicos e sociais e que respeitem os demais. Que tenham bons valores pedagógicos e que possuam habilitação técnica adequada à função. Felizmente há "gente boa" e competente na Escola de Rugby da AAC, com valores humanos, que se empenha diariamente e contribui para que esta seja uma verdadeira escola de valores.

> ***"NO ANO DE 1993/94 A NOSSA ACADÉMICA SERIA O PRIMEIRO CLUBE FORA DE LISBOA A ALCANÇAR UM TÍTULO NACIONAL NO RUGBY JUVENIL PORTUGUÊS AO VENCER O TORNEIO NACIONAL DE INICIADOS***

Efetivamente, a meta principal tem de passar por transmitir os valores do rugby, pelo desenvolvimento dos nossos jovens, pela convicção de que estamos a contribuir para formar adultos prontos para as exigências e dificuldades, que mais tarde vão encontrar ao longo da vida. A amizade, é em minha opinião um dos valores mais importantes do nosso desporto que fica para toda a vida. Ainda hoje, alguns dos meus melhores amigos foram meus colegas de equipa, ou mesmo adversários.

Qualquer projeto de um clube com as características da AAC/Rugby tem de ser baseado nos escalões de formação, sendo as equipas de competição uma consequência do trabalho efetuado na base.
Atualmente com 135 jogadores federados até aos sub 14, aumentar este número anualmente, sabendo que há cada vez menos crianças em Portugal e que a concorrência de outras modalidades é enorme, é um desafio tremendo. Teremos de nos empenhar diariamente para conseguirmos atingir este objetivo que só será possível, caso tivermos a capacidade de demonstrar que somos efetivamente melhores e diferentes.

É fundamental e importante constatar a dimensão do atual patamar de evolução da nossa Escola de Rugby. A época passada (2021/22) foi a melhor época de sempre em número de inscrições na FPR. Também em termos de resultados desportivos, que começam a ser registados a partir dos sub 14, a nossa prestação foi relevante. A melhor equipa das regiões norte e centro em rugby de VII e XV acabaria por vencer o Torneio Nacional de Sevens, com as 2 equipas participantes a vencerem as 2 competições. Notável, se atendermos às assimetrias relativamente às principais equipas de Lisboa, ainda existentes neste escalão.

Fazendo parte do clube fora de Lisboa com mais títulos e mais jogadores internacionais, a Escola de Rugby da AAC tem de ser uma referência na qualidade do ensino/treino do Rugby. Deverá ser constituída por uma equipa de técnicos qualificados, cujo principal centro de interesse assenta nos jogadores, no seu bem-estar e na sua motivação para a prática do Rugby. O nosso principal objetivo, para além do ensino de qualidade do Rugby, será o de continuar a crescer, aumentando o número de praticantes e consolidando a sua fidelização ao clube. Temos crescido constantemente nas últimas 5 épocas, sendo que na última época, para além de termos aumentado o número de praticantes em praticamente todos os escalões, conseguimos ainda, o maior número de sempre em inscrições na FPR.

Época	Sub 6+8	Sub 10	Sub 12	Sub 14	Total
2020-21	18+18	22	20	29	107
2021-22	10+28	31	27	38	134

A nossa meta na presente época será continuar a crescer ultrapassando os 134 atletas inscritos e subir pelo menos uma posição no" ranking" de clubes com mais jogadores inscritos. Não será fácil dado que sairão 17 jogadores para os sub 16, devendo continuar a verificar-se o abandono de inúmeros jogadores, à imagem do que infelizmente se registou em todas as épocas passadas. Acreditamos, no entanto, que será possível continuar a crescer e tudo faremos para que este objetivo seja uma realidade.

Clubes com mais jogadores inscritos na FPR dos sub 6 aos sub 14

Ano	CDD	CDUL	Cascais	Belém	Agron	AAC	S.Miguel
2022	192	184	181	141	135	134	132

Falar da Escola de Rugby da AAC sem falar também do Tony Cabral Fernandes, Vasile Constantin, João Cortesão, Rui Carvoeira, Rui Oliveira, João Vasco Berardo, Paulo Bandeira, Rui Loureiro e tantos outros técnicos, incluindo pais e dirigentes, não seria justo, dado terem contribuído de forma importante para o que é hoje o rugby de formação da AAC. Por isso e por essa razão, as minhas últimas referências neste breve texto vão para todos aqueles que ao longo dos anos de vida da Escola de Rugby da AAC deram o seu contributo para o ensino e transmissão dos valores do Rugby a milhares de **crianças e jovens que passaram por aqui.**

Coordenador Técnico da Escola de Rugby
Jorge Sérgio Franco

dut
Taberna Urbana

Telefone: 239 093 723 **Morada:** Rua Doutor Manuel Rodrigues Nº 39, Coimbra

Sub 6 e 8

SUB 6/SUB 8/SUB 10/SUB12
ESTÁDIO UNIVERSITÁRIO DE COIMBRA
RECEPÇÃO DA EQUIPAS: 12H00
ORGANIZAÇÃO:

Sub 10

Sub 14

ABA

A. BAPTISTA DE ALMEIDA

Há 60 anos a concretizar os seus projectos!

HABITAÇÃO • COMÉRCIO • INDÚSTRIA
SERVIÇOS • TURISMO

www.aba.com.pt
comercial@aba.com.pt

Alvará de Construção nº 75

EMPRESA CERTIFICADA
eiC ISO 9001
certificação acreditada IPAC

Rugby Feminino

Pablo Casas Suaréz

Treinador Equipa Rugby Feminina

Nascido a 4/03/1992 com nacionalidade Chilena/Espanhola

Internacional Chileno desse 2011 nos SUB19, passou pelos SUB 20 e Seleção de Seven's, fazendo atualmente parte do plantel da seleção Chilena, já apurada para o RWC 2023 de França.

Com experiencia e vários títulos ganhos no campeonato Chileno pela equipe de Santiago e como representante da Seleção Chilena desde 2011, em 2020 vem para a Europa e joga no Campeonato Espanhol pela equipa dos Cisneros.

Desde 2021 a jogar em Portugal pela AAC, sendo igualmente desde essa data, o treinador da recente criada equipe feminina de rugby da AAC.

Luis Pio

Treinador Equipa Rugby Feminina

Em todas as modalidades temos sempre a vertente feminina que cada vez mais esta a ganhar peso no nosso panorama nacional; algo que internacionalmente já acontece há mais de uma década.

No que se refere ao Rugby, e porque as mentalidades também evoluem, a envolvência feminina no nosso desporto é por de mais importante e deveria estar mais em ascensão do que acontece na realidade.
A sensibilidade, a intuição e o espírito de ajuda são elementos que estão interligados e fazem parte do processo de socialização deste desporto.

Em Portugal o Rugby feminino está bastante aquém do que seria de esperar. Espanha , Bélgica , França, etc, sempre deram especial importância a esta vertente. Falamos em centenas de atletas femininas que praticam Rugby nos vários escalões, havendo uma forte promoção e ajuda (nos vários aspectos) para o seu desenvolvimento.
Portugal terá de olhar de maneira diferente em relação a este assunto, não esquecer que mesmo com todas as limitações a Seleção Feminina tem tido feitos notáveis, sinal que com mais apoios os resultados poderiam ser melhores, quer na Seleção quer nas competições nacionais de clubes.

PÉnaGREIA
BAR - RESTAURANTE

Touch Rugby

O Touch Rugby surgiu na Austrália no início dos anos 1960. Começou a ser praticado como jogo social e como técnica de treino, aquecimento ou recuperação da condição física nas principais equipas da liga Australiana de rugby. Não sendo visto, nessa altura, como um desporto independente, só a 13 de Julho de 1968 é que Bob Dyke e Ray Vawdon criam o primeiro clube de touch do mundo - “South Sydney Touch Football Club”- e instituem oficialmente o Touch como modalidade reconhecida.
O primeiro jogo oficial de Touch foi realizado no final de 1968 e a primeira competição oficial, organizada por Dyke & Vawdon, foi em Snape Park (Sydney) em 1969.
A partir desses primeiros passos, inseguros, a modalidade começou rapidamente a reger-se por regulamentados próprios e específicos, até chegar à Nova Zelândia, em 1975.

Já em Portugal, após algumas tentativas não muito bem-sucedidas realizadas por volta de 2010, o Touch ganhou uma importância mais séria a partir do momento em que se cria a Associação Touch Rugby Portugal, em 2017. A constituição de uma equipa AAC Touch Rugby ocorreu de forma mais sólida na época desportiva 2017/18, quando antigos jogadores de rugby da Secção se juntaram e participaram em torneios organizados em território português.
Os primeiros grupos mais organizados a formarem-se na AAC contaram com a presença de António Nunes, Bruno Pinto, Cláudio Lima, Hugo Pires, Hugo Varrúcio, Gonçalo Neto (Gato), João Monteiro, João Neto (Rouxinol), João Afonso, Nélson Brandão, Nuno Carvalho (Sofá), Ricardo Dias, Tiago Lima.
No entanto, só em 2018/2019 é que se cria alguma estrutura organizativa para esta variante do rugby na Secção, obtendo-se um 3o lugar nacional na categoria Open All, consagrado no Torneio Internacional de Arcos de Valdevez (Junho de 2019). Apesar da impossibilidade de cumprir os calendários desportivos das épocas seguintes, devido à pandemia COVID 19, a equipa da AAC Touch Rugby conseguiu vencer o Torneio de Verão Open All realizado a nível nacional em 2021. Na época 2021/22, a AAC Touch Rugby conquista a 1a posição nacional na categoria de Open All.

O Grupo SAMSIC é um player de referência na Indústria do Facility Services, tendo sido criado em França no ano de 1986. Na sequência do desenvolvimento de uma estratégia de expansão, encontramo-nos em 27 países.

A SAMSIC, em Portugal, foi criada em 2008 e tem sede em Lisboa, abrangendo todo o território nacional, dispondo de Direções Operacionais no Porto, Aveiro, Coimbra, Leiria, Torres Vedras, Lisboa, Setúbal, Faro e arquipélagos da Madeira e Açores.

Inicialmente, a sua atividade consistia na prestação de serviços de limpeza, tendo mais tarde começado a disponibilizar outras linhas de serviços. Hoje, referência no Facility Services, a SAMSIC conta com uma oferta completa de serviços nas áreas de Limpeza, Manutenção Multitécnica, Jardinagem, Handling, Pest Control, Serviços de Apoio (Administrativo, Recepção e Acolhimento, Salas de Reunião e Conferência, Gestão de Correio Interno, Eventos, etc.). Está também em outras áreas, como o Trabalho Temporário, Nuclear, Logística, e Serviços Aeroportuários.

Independentemente do serviço disponibilizado, possibilitamos que os clientes se foquem no seu negócio, reduzindo a sua estrutura de custos, contribuindo assim para a melhoria da satisfação do cliente interno e para a criação de valor.

Todas as atividades desenvolvidas pela SAMSIC têm enfoque nos colaboradores, nos clientes e no ambiente: “Como empresa comprometida e responsável, estamos sempre atentos ao bem-estar de nossos colaboradores e à proteção do meio ambiente. Todos os dias esforçamo-nos para reduzir o impacto ambiental de toda a nossa cadeia de atividades e ajudar a preservar o planeta para as próximas gerações", destaca Bruno Melo, CEO da SAMSIC Portugal.

A notoriedade da marca, o reconhecimento da mesma, através das soluções que apresentamos, e a fidelização dos nossos clientes são fatores que evidenciam o crescimento do grupo.

A SAMSIC aposta na inovação e na capacidade de integrar mais serviços do que outros players, alicerçados numa cultura de rigoroso cumprimento dos compromissos assumidos. A solidez financeira, a formação das equipas operacionais, o know-how transversal a todos os países, a cultura de proximidade permanente às operações, através dos gestores de cliente, disponíveis a toda a hora (TDA H24); a gestão operacional proativa, com diretores regionais com capacidade de decisão independente, capacidade de resposta na reação a imprevistos e solicitações urgentes dos clientes e a flexibilidade e polivalência são fatores que distinguem a marca.
Cada vez mais o ambiente é uma preocupação à escala global e este é um dos pilares do Grupo. Anualmente, a SAMSIC apresenta o programa de desenvolvimento sustentável ambientalmente ambicioso e tendo por base Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) das Nações Unidas e o Acordo Climático de Paris.

Num momento de emergência climática e de necessidade de preservação do meio ambiente, tendo em conta a recente crise sanitária, o relatório "Samsic Planet 2030" pretende evidenciar a natureza indissociável dos compromissos do grupo nas questões sociais e ambientais.

Atualmente, a empresa decidiu intensificar o compromisso com o meio ambiente, através de dois objetivos principais: desenvolver soluções de serviços cada vez mais eco-responsáveis para os nossos clientes e fornecermos aos nossos colaboradores e aos que trabalham para os nossos clientes, ambientes de trabalho mais seguros, mais limpos, mais acolhedores e mais estimulantes.

Recentemente, a Samsic adquiriu a ISS Facility Services Portugal, tornando-se líder no mercado português, com um volume de negócios de 100 milhões de euros, e alarga o âmbito da sua atividade sobretudo no setor da manutenção multitécnica.

Desta forma, o grupo integra seis novas delegações que empregam 4.000 pessoas, expandindo assim a sua presença em todo o país e aumentando a capacidade instalada. No total, já são mais de 10.000 colaboradores a operar para o Grupo Samsic em Portugal.

A Samsic é hoje uma das 400 maiores empresas entre as mais de 1.3 milhões existentes no país, e tornou-se assim, um dos 5 maiores empregadores em Portugal.

Bruno Melo
Presidente do Conselho de Administração
da SAMSIC Portugal

Há quanto tempo a Samsic apoia o rugby da AAC?

Apoiamos a AAC / Rugby há quatro épocas.

Qual a experiência e retorno para a Samsic com esta parceria ?

O retorno para a marca é positivo, em virtude de estar associada a um Clube como a AAC / Rugby, originando mais visibilidade e notoriedade.

Porquê apoiar o Rugby da AAC ?

O Grupo Samsic tem a tradição de associar a sua marca a Projectos que entendemos relevantes e que se enquadrem nos Valores que defendemos. Lembro que em França, por exemplo, patrocinamos desde 2004 o Stade Rennais (Ligue 1), Arkéa Samsic (equipa de ciclismo, que participou no Tour de France), desde 2019, e o Lou Rugby - Clube de Lyon, desde 2019 e por um período de 5 anos.

Como vê a necessidade das empresas da região apoiarem o desporto em Coimbra?

As empresas podem ter um papel fundamental no desenvolvimento desportivo, seja no âmbito de associarem as suas marcas a projectos que entendam relevantes, mas também, no âmbito da Responsabilidade Social no apoio à prática desportiva por parte das equipas de formação.

Qual a sua opinião sobre o rugby da AAC e sobre esta modalidade?

Trata-se de um Clube bem estruturado, com uma estratégia bem definida, e gerido por pessoas que têm uma grande paixão pela modalidade. O rugby possui valores que nós defendemos: respeito, integridade, paixão, solidariedade, e disciplina.

Existe envolvimento de funcionários da Samsic no rugby da AAC ?

Os colaboradores da empresa estão hoje mais conhecedores sobre a modalidade, acompanham através das redes sociais as publicações relacionadas com os jogos da AAC, e os que vivem na Região Centro, sempre que é possível, é normal assistirem aos jogos realizados no Estádio Sérgio Conceição.

Os Pretos da Seleção

António Cabral Fernandes #1

O nosso TONY (António Cabral Fernandes) nasceu a 4/9/1944 em Sá da Bandeira, Angola, hoje Lobango. Iniciou a sua atividade desportiva federada em 1961 no futebol da AAC, tendo chegado em 1963 a atingir a permanência na equipa sénior.

Um "feliz" desentendimento com o treinador José Maria Pedroto viria a contribuir para o seu afastamento, com consequências muito positivas para o rugby nacional. Conta-nos Tony Cabral Fernandes que mal começou a treinar rugby na AAC, em 1964, de imediato se terá apercebido de que o "nosso" desporto seria diferente. A camaradagem e o espírito de grupo rapidamente cativaram Tony, contribuindo em muito para que o rugby se tornasse no desporto da sua vida.

Licenciado com o Curso Superior de Educação Física pelo INEF, viria a tornar-se no primeiro atleta fora de Lisboa a conseguir a internacionalização. Chamado por Vasco Pinto de Magalhães, fez a sua estreia com as cores nacionais em Hilversum, num jogo com a Holanda (9-9) a 5 de Abril de 1970, precisamente há 51 anos! Como nota curiosa, fica registado o facto de no dia em que nasceu o seu filho Ricardo (08-04-1973), o nosso Tony se encontrar em Makarska, na ex-Jugoslávia, a representar a equipa nacional. (3-3 foi o resultado desse jogo). Na seleção o Tony jogou na posição de 2ª e 3ª linha.

Tony Cabral Fernandes tem uma carreira brilhante como jogador, da AAC e também como jogador da seleção Nacional onde se destaca a participação nos primeiros títulos conquistados pela Académica, nomeadamente 1 Torneio de Abertura, 2 Campeonatos Nacionais e 2 Taças de Portugal, e ainda 7 internacionalizações por Portugal.
Foi ainda treinador de todos os escalões da secção de rugby da AAC e treinador de Juvenis pela seleção Nacional. Colaborou com a Direção Geral dos Desportos onde foi membro do Grupo de Trabalho que elaborou, o Plano de Desenvolvimento de Rugby, tendo permanecido destacado nesse Grupo no período compreendido entre 1975 e 1982, data da sua extinção.
Em 1988 foi o responsável pela elaboração do Programa de Rugby da Licenciatura de Desporto e Educação Física da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro – UTAD, tendo lecionado nesta Universidade a cadeira de rugby. De 1990 a 1992 foi responsável e preletor da FPR para a formação de quadros técnicos e programas de formação (treinadores e professores de educação física).
Dirigente de eleição, destacou-se pelo excelente trabalho realizado como Presidente do Comité Regional de Rugby e Vice-Presidente da Federação Portuguesa de Rugby (FPR). Ainda hoje o Rugby, em Coimbra e na região, é uma das modalidades desportivas mais importantes e com maior impacto e isso deve-se em grande parte ao Tony.

O Festival Internacional de Rugby de Coimbra (FIRC) foi, durante muitos anos, um importante fator de divulgação da modalidade na região. Fica o desafio aos atuais dirigentes do Comité Regional de Rugby e Clubes para reativarem esse importante acontecimento desportivo.

Em 2002, o Comité Olímpico Português viria a atribui-lhe o Prémio "Medalha de Mérito ". Mais tarde, em 2012, também a FPR viria a galardoá-lo com a Medalha de Serviços Distintos e a 14 de Dezembro de 2013 reconheceu toda a sua carreira, distinguindo-o com o prémio "Carreira". A Câmara Municipal de Coimbra soube agraciá-lo com a Medalha de Mérito Desportivo da Cidade de Coimbra e a Associação Académica de Coimbra, no âmbito dos prémios Salgado Zenha, distinguiu-o com a atribuição do Prémio "Prestígio".

Aquando das comemorações do 40º aniversário da conquista do 1º Campeonato Nacional pela Académica, Tony escreveu:

"(…) É com enorme saudade que me lembro dos bons momentos que vivi na secção de rugby e com imensa pena dos que já partiram. A amizade do rugby ultrapassa os limites internos do clube. No futebol esta amizade não existe, joguei dois anos em campeonatos distritais pela AAC/juniores e não fiz amizades além da própria equipa. A amizade de que falo no rugby estende-se aos outros clubes e a vida na AAC permitiu cultivar um convívio são ao longo de vários anos (…)".

César Pegado #2

Celibé, (César Pegado) foi em 1962 o primeiro delegado da AAC junto da Federação Portuguesa de Rugby.
Licenciado com o Curso Superior de Educação Física pelo INEF foi César Pegado o nosso segundo jogador internacional, que viria a estrear-se no jogo Portugal - Itália, com vitória dos Italianos por 15-7, numa partida disputada em Lisboa a 2 de Abril de 1972. Convocado por diversas ocasiões, sem que lhe fosse proporcionada oportunidade de jogar, tanto por Vasco Pinto de Magalhães como pelo trio de treinadores Luís Miramon, Rafael Claro e Bento dos Santos, nunca desistiu, tendo sempre comparecido às convocatórias para os treinos e jogos.

Na época de 1971/72, Celibé era Preparador Físico da Seleção Nacional liderada por Pedro Cabrita. Ao longo da sua carreira foi também treinador da seleção de juniores e adjunto de várias seleções nacionais seniores.

Na véspera do jogo Portugal - Itália, um dos centros da Equipa Nacional, Martim Maier, faleceu num acidente de viação. Associado à tragédia inesperada, também a equipa técnica ficou com um problema acrescido visto que não estava escalonado nenhum jogador com características de centro. Serafim Marques, mais conhecido como Cordeiro do Vale, comentador do Torneio das V Nações ainda no tempo da TV a preto e branco, prontamente sugeriu: "O único jogador com capacidade para ocupar o lugar é... César Pegado!". Apesar de não estar convocado, César Pegado treinava com os jogadores dessa seleção com regularidade e sabia como ninguém os movimentos de ataque planeado da equipa. Na sequência de tal sugestão, Cabrita informou César Pegado de que teria de jogar, tendo o nosso Celibé enchido o relvado com uma exibição fantástica, a merecer assim a sua internacionalização.

César Pegado foi praticante de rugby dos 16 aos 60 anos e ainda hoje, aos 78, faz a sua "perninha" na nossa equipa de "walking rugby". Venceu o Campeonato Nacional de reservas com 47 anos, ao lado do Manel da Quinta com 54. Como preparador físico ganhou a Taça de Portugal pela equipa de rugby do Técnico e Campeonato e Taça pelo Benfica.

Na nossa Académica foi o 1º treinador a conseguir ser campeão nacional, isto na época de 76/77. No ano seguinte, ou seja, na época de 77/78 a AAC viria a perder frente ao CDUL pelo fator de desempate (diferencial de pontos marcados e sofridos no confronto entre as 2 equipas). Em 78/79 a AAC viria a conquistar o título nacional pela 2ª vez e em 79/80 a Taça de Portugal. Foi sob o seu comando que a nossa equipa de juniores conquistou o Campeonato Nacional da 2ª Divisão em 1983/84. Foi ainda Campeão Nacional universitário de VII e XV pelo INEF.

Enquanto dirigente, César Pegado ocupou vários cargos na FIRA participando na organização de 7 campeonatos do mundo de juniores e um campeonato da Europa (B) em Coimbra. Foi ainda vice-presidente da FPR e diretor técnico nacional. Reconhecido através de várias distinções, tais como todas as medalhas da FIRA-ERA (bronze, prata e ouro), Medalha de serviços distintos da FPR e a Medalha de Mérito Desportivo da Cidade de Coimbra grau ouro e tantas, ...tantas outras distinções! O Sr. Rugby, é uma das nossas principais referências e continua a evidenciar "uma genica do Escamandro".

Recentemente escreveu "Rugby é mais do que um jogo. É uma forma de vida, se compreendermos isso seremos agressivos para vencer, leais e respeitadores com os adversários e amigos para sempre dos nossos companheiros. Mesmo nos dias mais difíceis, seremos capazes de os superar".

Grande Celibé. Treinador, companheiro e amigo de tantos anos.

Vítor Pereira #3

Victor Pereira, nasceu em Coimbra a 13 de Março de 1952.

Enquanto atleta da AAC, equipe que sempre representou, foi o nosso 3º Internacional a representar a Seleção Nacional.

Médico Ortopedista, licenciado pela Faculdade de Medicina da Universidade de Coimbra, é por isso mesmo mais um dos belos exemplos da nossa Académica, em como é possível conciliar os estudos com uma prática desportiva exigente como é o caso do rugby.

Victor Pereira é hoje, um grande filantropo numa das muitas vilas da nossa Beira Alta, onde foi recebido pelos locais como um deles. Vila Nova de Paiva! Foi aí que no período pré pandemia tinha o prazer de nos receber para alguns convívios que serviriam para perpetuar as grandes amizades de longa data e que só o rugby sabe proporcionar.

Victor Pereira estreou-se por Portugal a 25 de Fevereiro de 1973, num jogo realizado no Campo de Honra do Estádio Universitário de Coimbra entre Portugal e Itália, para o FIRA CHAMPIONSHIP D2, em que a equipa nacional obteve uma extraordinária vitória sobre os transalpinos por 9-6.

Atleta predestinado para a prática da modalidade, desde muito cedo - ainda como juvenil abraçou o rugby pela nossa AAC. Era um atleta de uma extraordinária estrutura física, muito bem-adaptada às necessidades da equipa enquanto Pilar Direito, lugar que desde sempre ocupou. Dotado de uma excelente técnica a que não terão sido alheios os ensinamentos ministrados pelo Manel da Quinta e César Pegado, em idade ainda muito jovem, soube ainda aliar essa técnica a uma enorme força física e a uma velocidade pouco comum nos atletas de 1ª linha, o que fez com que este nosso companheiro nas vitórias e na derrota, seja recordado amiúde e com grande saudade enquanto homem e atleta. Exemplo para os mais jovens que ainda o conheceram, Victor Pereira deixa um enorme legado nas nossas memórias, sempre que nos recordamos das suas iniciativas, das jogadas individuais ou coletivas e ainda do seu empenho dentro de campo.

Atleta e Homem de carácter, dotado de uma personalidade forte, foram argumentos que o ajudaram a ser o “nosso Capitão “durante alguns anos e ainda um enorme “comparsa “até aos dias de hoje.

Victor Pereira foi o 1º “preto” a vestir a braçadeira de capitão da Seleção Nacional.

Mereceu a Internacionalização por 6 vezes, numa época em que era muito difícil aos atletas da “província “atingirem o estrelato “nos palcos de Lisboa. Como capitão de equipa da Académica, venceu as primeiras competições da nossa Secção:

Torneio de Abertura e 2 Campeonatos Nacionais - que muito certamente sem ele não teriam sido possíveis - e ainda 2 Taças de Portugal.

Júlio Vilela #4

Foi o 4º atleta da AAC a ser chamado a seleção Nacional. Contemporâneo do Tony e do Vitor Pereira na seleção portuguesa.

Nasceu no dia 6 de Março de 1947 em Lamego e viveu até concluir o liceu, na Guiné (Bissau). Durante a sua juventude praticou as mais diversas modalidades, tendo colecionado títulos de campeão no futebol, ginástica desportiva, andebol, ténis de mesa, badminton e atletismo. Em 1964, veio estudar Direito para Coimbra, onde exerce atualmente e há mais de 42 anos, a profissão de advogado.

Enquanto estudante, um dia, depois de um treino de futebol no Estádio Universitário de Coimbra, foi convidado por um amigo para fazer uma "perninha" no relvado adjacente onde se praticava Rugby. Só parou cerca de 20 anos depois. Isto apesar de na sua estreia na AAC (Torneio Nacional de Reservas) ter sido derrotado pelo Benfica no velho "pelado" do Campo Grande por 97-0.

Com uma iniciação sénior e, portanto, sem a formação adequada, à época com apenas 73 kgs de peso e a altura de 1,67 metros não era suposto ter alcançado um nível tão alto na modalidade. Mas havia a crença e a tal "genica do camandro" (à memória do Zé Varandas).

Num período de contenção económica imposta pelo Estado Novo mas de grande expansão da modalidade em Coimbra foi presidente da Secção de Rugby da AAC e teve por diversas vezes, de ameaçar entregar as chaves da Secção ao Reitor da Universidade para conseguir que as deslocações e o alojamento das equipas dos diversos escalões fossem subsidiadas. Ainda nessa qualidade, esgotadas as verbas da Universidade que na altura pagavam o treinador da secção, na eminência do António Cabral Fernandes ter de procurar emprego noutras paragens, moveu influências junto do então Diretor Regional dos Desportos, o saudoso Dr. Mendes Silva que não hesitou em contratar e "segurar" o Tony como Professor e treinador da AAC por muitos e bons anos.

Estreou-se por Portugal em Neuchatel a 11 de abril de 1973 no lugar de talonador, com uma expressiva vitória de Portugal frente à Suíça (4-23), no âmbito do CHAMPIONSHIP D2 FIRA. Fez ainda parte da equipa que venceu a 1ª Competição Nacional dos "pretos" (Torneio Nacional de Abertura).

Júlio Vilela não só foi um talonador dotado de uma técnica apurada, fruto dos largos anos em que jogou na posição, mas também um extraordinário avançado, atributos que levaram o Selecionador Nacional Pedro Cabrita a chamá-lo, mesmo a contragosto (por insanáveis divergências ideológicas), para representar Portugal.

Ainda como atleta da secção, teve uma experiência como treinador no núcleo da Figueira da Foz onde durante um ano se deslocou semanalmente, sem qualquer subsídio. Até que aos 38 anos de idade decidiu "pendurar as botas" e sair pela "porta grande" pois apesar de longo interregno, passou o seu testemunho como talonador na primeira equipa da AAC ao Ricardo Fernandes.

A família perpetua a sua paixão pelo rugby através do seu neto, Gonçalo Breda, jovem da nossa equipa sénior.

O Rugby é para ele uma escola de vida pelo respeito que obriga a manter entre todos os intervenientes, colegas da equipe, adversários, árbitros e dirigentes e pelos valores emocionais de disciplina e de trabalho que envolve. Só no Rugby se ouve falar com propriedade na "3ª parte" reflexo das amizades que angaria para a vida.

Não pode deixar de salientar que, sendo uma modalidade de contacto constante, as suas regras sofrem profundas alterações em prol do respeito pela integridade física do atleta; sempre em prol da verdade desportiva com a intervenção do vídeo árbitro com acesso, vídeo e áudio, a todo o publico.

Jorge Sérgio Franco #5

Nasceu em Lagoa-Algarve a 4 de Julho de 1954. A família viria a radicar-se em Coimbra no início da década de 60, tendo Sérgio Franco iniciado a sua carreira como atleta de rugby em 1969, ainda como juvenil.

Foi o 5º internacional pela AAC.

Fez a sua estreia com as Cores Nacionais a 7 de Abril de 1974 em Hanover, num embate com a Alemanha, em que estes levaram de vencida a equipa nacional por 10-20. Sérgio Franco alinhou como um dos pontas da equipa Portuguesa no âmbito do CHAMPIONSHIP D2 FIRA. Nesse encontro e pela 1ª vez na história do rugby português, 3 jogadores da província, todos da AAC, alinhavam de início por Portugal (Tony Cabral Fernandes, Victor Pereira e Sérgio Franco). Nota curiosa o facto de no dia seguinte ao jogo e após escala de várias horas no aeroporto de Frankfurt, Cabral Fernandes, Victor Pereira e Sérgio Franco viajavam para Paris a fim de se juntarem aos "pretos" para participarem numa das mais significativas digressões da AAC. A retribuição da visita ao Stade Française.

Sérgio Franco possui os títulos profissionais de Treinador Grau III da FPR e Grau II da FFR - INSEP Paris e Poitiers, bem como Advance Rugby Coaching pela Universidade Loughborough- Inglaterra. Sérgio Franco é atualmente Coordenador da Escola de Rugby da AAC. Como jogador fez parte das equipas que venceram as primeiras competições da AAC. Torneio de Abertura, 1ª Taça de Portugal e o 1º Campeonato Nacional.

Começou a praticar rugby no ano de 1969, sagrou-se Campeão Nacional (1976/77), venceu a Taça de Portugal (1973/74) e o Torneio Nacional de Abertura (1973/74). Internacional sénior aos 19 anos de idade.

Iniciou a sua formação de treinador em França e Inglaterra.

Treinador de rugby desde 1982, exerce esta atividade de forma ininterrupta desde 1986.

Chegou a Treinador Nacional Adjunto e Treinador Principal das Seleções Nacionais de sub 19 e sub 20, bem como de inúmeras Seleções Inter-Regionais e Regionais. Foi considerado em 1997 Treinador do Ano da Federação Portuguesa de Rugby F.P.R.
Nesta qualidade participou em 6 Campeonatos do Mundo de sub 19 – Grupo B disputado entre 16 seleções (País de Gales 1999 3º clas; França 2000 7º clas; Chile 2001 11ª clãs; Itália 2002 6º clas; França 2003 3º clas e África do Sul 2004 8º clãs e 2 Campeonato da Europa de sub 20 (Roménia 2003 e Espanha 2004).

Treinou a Associação Académica de Coimbra, Sport Lisboa e Benfica e Rugby Clube da Lousã.

Atualmente mantém-se em atividade na Associação Académica de Coimbra clube pelo qual, nesta função, foi Campeão Nacional (1996/97) e Campeão Nacional da 1ª Divisão (2006/07 e 2009/10), Campeão Ibérico em Seniores e Juniores (1997 e 2000 respetivamente). Conquistou 3 Super Taças (2 seniores 1988/89 e 1996/97 e 1 juniores 2000/01), 4 Taças de Portugal em seniores (1989/90, 1994/95, 1995/96, 1996/97).

Na vertente de Rugby 7', também como treinador, foi Campeão Nacional (2006/07 e 2009/10), Campeão Nacional Universitário de (2007/08, 2008/09, 2009/10 e 2010/11) e Campeão da Europa Universitário (Córdoba 2010), sendo este o 1º título europeu universitário para Portugal de uma modalidade desportiva coletiva.

Alcançou ainda outros resultados desportivos relevantes, ao serviço da Académica, como seja o título de vice-campeão europeu de rugby de XV Universitário (Clermont Ferrand 1989/90), vice-campeão Europeu Universitário 7's (Bristol 2009) e Taça Primavera da FPR (1993/94, 1994/95 e 1995/96), bem como títulos nacionais em todos os escalões etários (iniciados, juvenis, sub 18, juniores e seniores).

Em 2010 foi reconhecido oficialmente e considerado treinador do ano pela Federação Portuguesa de Rugby e pela Federação Portuguesa de Desporto Universitário.

PORQUE O SEU CORPO É ÚNICO
FACULDADES DO CORPO