JN RUNNING

running.jn.pt

EDUARDO CAMPOS

PROVAS > GRANDE TRAIL DA SERRA D'ARGA

A mais bela paisagem à oitava badalada

Ivete Carneiro
ivete@jn.pt

A quarta edição do Grande Trail da Serra de Arga contou, este fim de semana, com cerca de dois mil corredores a pisar os trilhos de Caminha, Viana do Castelo e Ponte de Lima. E promete crescer em 2015.

Quando o tiro de partida de uma prova é a oitava badalada do sino da igreja no raiar das oito horas de um domingo de manhã minhoto, fica logo muito de dito sobre o que se segue. O que se seguiu foi uma serra inóspita, bela e disfarçada pelo timbre do sol que surpreendeu mais de 1500 corredores nos diversos desafios.

Ao contrário do habitual, este fim de semana não choveu nem ventou na serra de Arga. As aldeias viviam ao ritmo domingueiro, os animais não estavam abrigados, Portugal via-se bem até lá longe, quase do Gerês à fronteira do Minho. E como se viu Portugal viu-se também, de antemão, a dificuldade que esperava cada um dos destemidos que ousaram alinhar na partida, junto à igreja de Dem, em Caminha. Ou duas horas depois, de São Lourenço da Montaria, em Viana do Castelo. A dificuldade era, para lá da lonjura, ultrapassar 3000 metros de subidas.

O ultramaratonista Carlos Sá, organizador do evento, fala em sucesso e está já a pensar em novidades para a edição de 2015. Para lá de provavelmente somar uma distância maior – correram-se 21, 33 e 53 km, além de 4,5 km verticais no sábado, de uma caminhada de 10 km e do trail jovem com mais de cem crianças –, o atleta conta poder alargar as participações, afinando um outro pormenor, como o estacionamento. Na verdade, não é fácil uma pequena localidade serrana como Dem acolher largas centenas de automóveis. A ajudar, contudo, conta já com o investimento feito pelas autarquias na criação de balneários para servir as provas, cerca de 45 mil euros no caso de Dem, e que são a base para projetos futuros de regime mais permanente.

André Rodrigues (5.09,18 horas) e Ester Alves (5.58,47) foram os mais rápidos nos 53 km. Amândio Antunes (3.12,45) e Maria Moura (4.12,14) venceram os 33 km e Asdrúbal Freitas (1.53,43) e Maria Areias (2.22,59) os 21 km. Na prova vertical, que propunha vencer um desnível positivo de 800 metros em 4,5 km, o organizador Carlos Sá ficou em primeiro lugar, subindo em 33 minutos e 28 segundos. ●

AMAZÓNIA
Carlos Sá na Jungle Marathon

Carlos Sá lança-se no próximo dia 5 no seu quarto grande desafio do ano: a Jungle Marathon, na Amazónia. Trata-se de uma corrida em autossuficiência, está entre as mais duras do planeta e inclui cinco etapas, num total de 254 km. Sá já correu este ano a Maratona das Areias, no Sara, a Badwater, na Califórnia, e o Ultra Trail do Monte Branco.

MARATONA

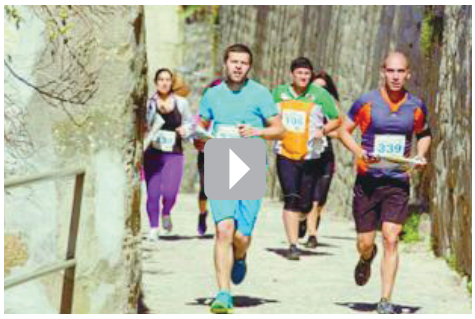
RECORDE DO MUNDO BATIDO EM BERLIM

O queniano Dennis Kimetto bateu, anteontem, o recorde mundial da maratona, em Berlim, terminando com 2.02,57 horas. Baixou 26 segundos ao tempo do compatriota Wilson Kipsang há um ano, também em Berlim.

DESAFIO

O HOMEM QUE COMPETIU COM O METRO

O Metro é o meio de transporte urbano mais rápido? Talvez. Ou não. O londrino James Heptonstall saiu do metro em Mansion House, sprintou 380 metros e entrou na mesma composição em Cannon Street.



VÍDEOS

CITY RACE E O LADO ÍNTIMO DO PORTO

É a terceira edição e com novidades: a Porto City Race, integrada em circuitos nacionais de orientação e no City Race Euro Tour, vai esmiuçar os espaços escondidos da cidade nos dias 3, 4 e 5 de outubro, com uma etapa noturna. O evento de orientação pedestre urbano desafia o participante a procurar, de mapa e bússola na mão, o caminho mais rápido entre os pontos de controlo obrigatórios. Ainda há inscrições.

AGENDA

5/Out. Lisboa
A Rock'n'Roll Maratona volta domingo às marginais de Cascais à Expo, a partir das 8 horas.

5/Out. Gondomar
O primeiro Trail das Nozes promete nozes, claro, e vinho doce.

5/Out. Ovar
A cidade do pão de ló volta a receber uma das mais antigas meias maratonas do país.

5/Out. Vila Real
O Ultra Trail da Serra do Alvão oferece distâncias de 55, 21 e 10 km.

ESTRELA

"KM VERTICAL" CHEGA AO TOPO DE PORTUGAL

A edição zero do KM Vertical, desenhada pelo ultramaratonista Armando Teixeira, cumpre-se no domingo, na Serra da Estrela. A prova desafia os atletas a vencer mil metros de desnível numa distância de 3,7 km, do Alvoco à Torre.