



REVISTA DE IMPRENSA

SECÇÃO: NATACÃO – DATA – 07 NOVEMBRO - 2016

TIRAGEM MÉDIA 2.500 – Paulo Ferreira



Sociedade Columbófila volta a promover workshop sobre “Nutrição desportiva”

Decorrente do interesse alcançado com a realização do primeiro workshop sobre nutrição desportiva, organizado recentemente pela Secção de Natação da Columbófila Cantanhedense, a associação vai repetir a iniciativa. Deste modo, no próximo dia 13 de Novembro, pelas 9h30, a Piscina Municipal de Cantanhede recebe Catarina Augusto, licenciada em Dietética e Nutrição, pela Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra, para falar sobre a importância da alimentação, principalmente para atletas. Esta iniciativa, que abordará a alimentação dos atletas durante o treino e pós-treino, competição e também a hidratação, será dirigida aos nadadores e seus pais, sendo igualmente aberta a todos os atletas e encarregados de educação das restantes secções da Sociedade Columbófila e aos atletas interessados de Associações congéneres e ao público em geral. Embora a participação seja gratuita, é obrigatório proceder à inscrição, que pode ser feita através do e-mail geral@scc.pt ou presencialmente, nos serviços administrativos da Sociedade Columbófila, na sua sede social.



Columbófila volta a promover Workshop

“Nutrição Desportiva”

Decorrente do interesse alcançado com a realização do “Workshop”, sobre nutrição desportiva, organizado recentemente pela Secção de Natação da Associação de Solidariedade Social Sociedade Columbófila Cantanhedense que contou com a presença de Catarina Augusto, licenciada em Dietética e Nutrição, pela Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Coimbra, que na presente época desportiva integra o grupo de técnicos que acompanham os treinos dos nadadores daquela Associação da cidade de Cantanhede, vai realizar-se no próximo dia 13 de Novembro, domingo, um “Workshop”, sobre nutrição desportiva, com início pelas 09h30, na Piscina Municipal. Esta iniciativa, que abordará a alimentação dos atletas durante o treino e pós-treino, competição e também a hidratação, será dirigida aos nadadores e seus pais, sendo igualmente aberta a todos os atletas e seus encarregados de educação das restantes secções da Sociedade Columbófila e aos atletas interessados de Associações congéneres e ao público em geral. Embora a participação seja gratuita, será obrigatório proceder à inscrição, devendo para o efeito ser efectuada para o geral@scc.pt, presencialmente nos serviços administrativos da Sociedade Columbófila, na sua sede social, situada na Rua Luis de Camões – 19 A, durante os horários de expediente, através do 231 423186 ou 963784373 ou na sua secretaria na Piscina Municipal, junto dos técnicos da Associação de Solidariedade Social Sociedade Columbófila Cantanhedense.



BASQUETEBOL

CAMPEONATO DISTRITAL DE SUB – 16 MASCULINOS

SOCIEDADE COLUMBÓFILA – 59 X GINÁSIO – B – 41

Os Sub-16 da ASSSCC receberam, hoje, sábado, pelas 18h00, o Ginásio B, para disputar mais uma jornada do Campeonato Distrital de Basquetebol. A Columbófila Cantanhedense entrou bem no jogo, ganhando logo uma vantagem no marcador, que se manteve ao longo de todo o jogo.

Constituição da equipa ASSSCC:

4 – Ruben Vieira, 7 – Gonçalo Soares, 8 – Rafael Pereira, 10 – Bernardo Carvalheiro, 13 – Tiago Costa, 21 – André Reis, 33 – Miguel Gaspar, 46 – Rafael Pereira

Treinador Principal: João André Costa

Treinador adjunto: Eduarda Amoroso Lopes Delegada: Ana Rodrigues

ASSSCC x Ginásio B

1.º Período – 19 x 05, 2.º Período – 18 x 10, 3.º Período – 12 x 13, 4.º Período – 10 x 13

Resultado final – COLUMBÓFILA 59 – GINÁSIO – B – 41



REVISTA DE IMPRENSA - MIRA ON-LINE

SECÇÃO: BASQUETEBOL – DATA – 7 – NOVEMBRO 2016

Magda Silva

BASQUETEBOL

CAMPEONATO DISTRITAL DE SUB – 14 MASCULINOS

COLUMBÓFILA – 50 X F BEATRIZ SANTOS – 33

A equipa sub-14 de Basquetebol da ASSSCC – Associação de Solidariedade Social Sociedade Columbófila Cantanhedense, defrontou no passado dia 6 de novembro, no Pavilhão Marialvas, a equipa da Fundação Beatriz Santos, para disputar mais uma jornada do Campeonato Distrital de Sub-14. Foi um jogo em que a equipa da Columbófila entrou bem, ofensivamente e defensivamente, mas a FBS que estava determinada em não facilitar o trabalho, aproveitou alguns momentos de desconcentração por parte dos atletas da Columbófila e entrou em vantagem no marcador para o segundo período. Já nos restantes períodos, apesar da fraca percentagem nos lançamentos e do esforço da FBS para passar para a frente, a ASSSCC conseguiu estar sempre na frente no marcador, tendo alcançado no final a vitória.

Constituição da equipa da ASSSCC:

4 – Tomás Toscano, 5 – Duarte Guerra, 7 – Miguel Gomes, 8 – André Reis, 9 – Filipe Carriço, 10 – Gonçalo Mesquita, 11 – Gustavo Guerra, 12 – Duarte Ferreira, 13 – Gonçalo Girão, 14 – Tomás Pereira, 15 – Daniel Loureiro

Treinador Principal: Eduarda Amoroso Lopes

Treinador adjunto: João André Costa

Delegada: Marta Gomes e Mónica Ferreira

ASSSCC x FBS

1.º Período – 10 x 12, 2.º Período – 12 x 06, 3.º Período – 14 x 10

4.º Período – 14 x 05

Resultado Final: 50 x 33