



mais desporto

ATLETISMO

Quarta-feira
6 de maio de 2015

A BOLA

Atleta prevê tentar os mínimos olímpicos em fevereiro ou abril de 2016

MIGUEL NUNES/ASF

«A minha filha será motivação extra»



Regressar, treinar e... correr no Rio

→ Elogia marcas de Dulce e Sara mas promete lutar por uma das três vagas na maratona dos JO-2016

Jéssica Augusto viu Dulce Félix e Sara Moreira baterem os recordes pessoais nos últimos domingos, respetivamente em Londres e Praga. No sofá. «É um bocadinho difícil ver as grandes maratonas assim! Acompanhar cada quilómetro e vê-las a bater recordes, porque também tenho vontade. Se fosse antes, saía de casa e corria um bocadinho, agora não posso. Fico contente por haver várias atletas com marca para participar nos próximos Jogos. É bom para Portugal. A Dulce e a Sara fizeram boas marcas... Mas ainda não estão à minha frente», sublinhou a atleta, rindo. Com as 2.24.49 h que fez em Praga, Sara tornou-se na 3.ª portuguesa de sempre, atrás de Rosa Mota e Jéssica, enquanto Dulce é 6.ª, com 2.25.15 h. Flomina Costa, Mónica Silva e Luísa Oliveira já correram abaixo das 2.42 h exigidas, mas Jéssica garante que tentará ganhar um dos três bilhetes para o Rio-16. «Quando a Leonor nascer vou fazer a recuperação normal, dependendo do tipo de parto. Depois, gradualmente, irei inserindo os treinos, tentando gerir entre corrida, natação e bicicleta – mas não vou para o triatlo! Engordei uns quilinhos e o corpo não está habituado a suportar tanto peso e é preciso ser cuidadosa para evitar lesões. Vontade não me faltará!»

Jéssica Augusto ansiosa pelo nascimento de Leonor, previsto para o final de junho ◉ Revela as dificuldades da gravidez... como apertar os atacadores ◉ Ainda falta o quarto mas já tem 'kit'

por
SOFIA COELHO

Amenos de oito semanas da data prevista para o nascimento de Leonor, Jéssica Augusto admite a «ansiedade» por conhecer a filha. «Estive com a minha amiga Inês [Monteiro, também atleta e que vai ser mãe no final deste mês] e, em brincadeira, contámos as luas. Ela aposta que a Leonor vai nascer já dia 8...», contou a atleta, rindo, um dia depois de ter feito a ecografia do terceiro trimestre, na companhia do pai, o guarda redes internacional Eduardo, entretanto já regressado à Croácia, onde joga. «Ontem [anteontem], teve de me ajudar com os atacadores... Já é complicado! É difícil subir e descer escadas. São coisas novas, que acabam por ser engraçadas. Dormir tem sido difícil», apontou Jéssica.

«Está tudo bem. Ela tem 2 quilos, está dentro dos parâmetros normais, o que me deixou satisfeita. Mexe-se muito», explicou, dizendo que Leonor «é parecida com a mãe». «É bonita», acrescentou.

«Estou ansiosa por conhecê-la. Tenho um pouco de receio porque o que nós queremos é que os nossos filhos nasçam bem. Acho que também é por isso que durmo mal. Além da barriga, há a ansiedade de tê-la nos braços», sublinhou a atleta de 33 anos, apenas preocupada com a falta do quarto. «Encomendei em janeiro! Mexe um pouco comigo. É a primeira filha, há aquela ansiedade de querer ter tudo pronto. E se for

SERGIO MIGUEL SANTOS/ASF



Nelson Évora esteve em inauguração

como a mãe, apressada, ainda nasce sem ter quarto!», antevê, garantindo que Leonor não precisa de prendas materiais. «Só quero que as pessoas que me acompanham lhe deem amor e carinho», disse, feliz com esta fase. «Tive de fazer uma pausa na carreira, mas tenciono voltar e conseguir o apuramento para os Jogos Olímpicos do Rio. Farei a maratona em fevereiro ou abril [2016]. A minha filha será motivação ex-

tra», assumiu, após a visita a um laboratório de criopreservação de células estaminais. «A Cytothera deu-me esta oportunidade e acho que é importante para o futuro da bebé, de um irmão, se o tiver, e até para nós, para a cura de algumas lesões. Saio satisfeita, com mais conhecimento.» E com o kit de recolha, questionando se pode ser guardado no carro... Não vá Leonor ser, de facto, apressada!

Évora deseja reencontrar rivais

→ Campeão europeu na pista coberta já terminou preparação para o verão e compete dia 15

Nelson Évora deseja voltar à competição e reencontrar os principais adversários com quem saltará no triplo dos Mundiais de Pequim, em agosto. «Estou bem. Tive pouco tempo para desfrutar da vitória de inverno. Agora, já terminei a preparação para o verão e entro em competição daqui a pouco mais de uma semana», apontou o atleta do Benfica, referindo-se ao

ouro conquistado nos Europeus de pista coberta, em março. Évora terminou um estágio no Algarve, depois de ter treinado nos EUA, e compete dia 15, no meeting da Liga Diamante de Doha. «Quero fazer o circuito da Liga Diamante, onde vou encontrar alguns dos adversários que terei nos Mundiais de agosto. Será uma boa forma de me preparar para Pequim. A única preocupação é treinar bem e sem lesões tendo, claro, os Jogos Olímpicos de 2016 no horizonte», disse o campeão olímpico de 2008.