

A CORRIDA

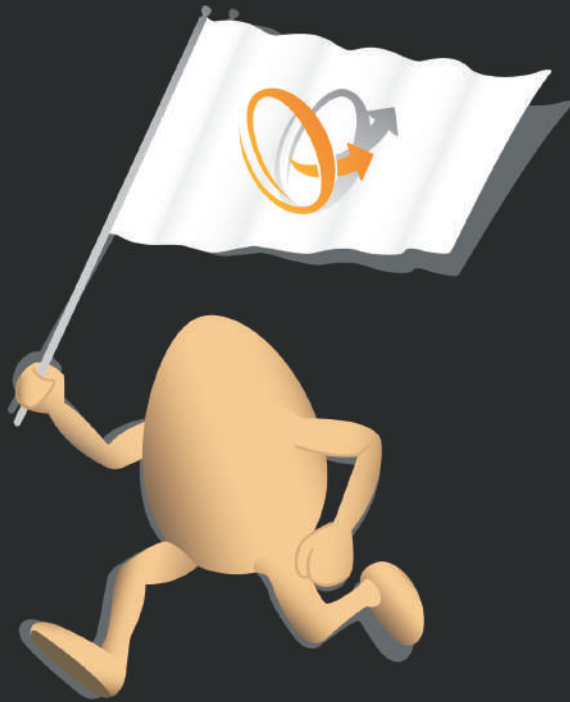


REVISTA
2010



atlético
clube de
vermoill

Uma terra,
um clube,
uma modalidade.



O PODER DO OVO
apoia
o poder do desporto,
e o Atlético Clube de Vermoil.

derovo
GROUP 

P. Industrial Manuel da Mota, 30 - Pombal - Apoio ao cliente 707 22 22 50 - www.derovo.com

EDITORIAL

A suspensão do nosso boletim trimestral A CORRIDA, no final de 2008, foi uma das medidas mais duras e marcantes do nosso mandato. Talvez uma das que mais que nos custou, em termos sentimentais.

Alguns sócios (principalmente os que residem no estrangeiro) habituados a recebê-lo durante anos foram-nos questionando sobre o facto. É altura para todos esclarecer.

Suspender uma publicação editada durante 13 anos e 54 números não se faz de ânimo leve, mas era inevitável.

Dois factores contribuíram para tal:

- O custo de impressão e envio aos sócios (o facto de não termos porte pago foi preponderante, já que cada jornal representava um selo de correio normal para Portugal e para o estrangeiro, isto quatro vezes por ano)

- A actualidade editorial (sair de três em três meses faz com que muitas das notícias quando saíssem já estavam desactualizadas). A dinâmica do nosso clube e a quantidade de resultados dos nossos atletas a isso conduziram.

Entretanto, como para esta direcção continua a ser fundamental que a actividade do clube chegue aos sócios, lançámos o nosso site www.acvermoil.com com informação actualizada e na hora. O sucesso está patente no número de visitas diárias e na interacção com os atletas e amigos do ACV.

Mas ficou, ainda assim, algum vazio. E passado este tempo, A CORRIDA volta, num novo conceito de comunicação, agora sob a forma de revista anual, onde se pretende retratar toda a época finda e as expectativas para a época que agora se inicia.

O sucesso da revista alusiva aos 25 anos do clube, editada em Agosto de 2009, deu-nos a certeza que seria importante voltar a estar com todos os sócios, simpatizantes, patrocinadores e público em geral em formato impresso.

Ao contrário do que acontecia com o boletim, esta revista consegue ser auto-sustentável com a publicidade incorporada, e ainda representar uma fonte de receita apreciável para o nosso clube. A isso se deve a aposta e generosidade dos nossos patrocinadores.

A todos sem excepção, um sentido obrigado.

Muito em breve teremos "na rua" um Newsletter mensal que será enviada todos os patrocinadores, sócios e amigos. Faça-nos chegar o seu e-mail, para a receber.

Uma última palavra dirigida aos nossos atletas e treinadores. O seu esforço e dedicação ao clube, fez da época que passou um marco histórico nestes 26 anos do ACV.

Campeonatos Nacionais, Distritais e provas diversas, todas encararam com espírito elevado e os resultados estão à vista, superaram as nossas melhores expectativas.

Esta revista é, acima de tudo, uma homenagem a todos eles.

Daniel Ponte

ALGUMAS NOTAS SOBRE A ÉPOCA DESPORTIVA DO ANO 2009/2010

Á época desportiva 2009/2010 é seguramente uma das mais memoráveis no historial de 26 anos do A.C.Vermoil. Primeiro porque foi projectada com um plano ambicioso de crescimento com base na formação. Depois porque na fase inicial de arranque da época fomos confrontados com um enorme desafio desportivo apresentado pelo professor Carlos Carmino, que se encaixava naquilo que a direcção havia pensado numa lógica de médio prazo, que no entanto ultrapassava aquilo que havia-mos projectado, mas porque à oportunidades que apenas surgem uma vez, não podemos de deixar de aceitar esse desafio que implicou o crescimento exponencial do número de atletas de 70 para 190, o que levou a uma nova formatação da época, com implicações a todos os níveis, com destaque para a estrutura humana e financeira. Tudo isto se conseguiu num curto espaço de tempo, pelo que endereço desde já os meus parabéns a toda a Direcção e órgãos sociais pelo esforço e sentido de oportunidade demonstrado.

Nada mais gratificante para compensar todo este esforço do clube que a resposta dada pelos nossos atletas, destacando a presença assídua nos treinos e provas, o espírito de grupo criado entre os atletas, técnicos e dirigentes e consequentemente os êxitos desportivos alcançados, ultrapassando as melhores expectativas que havia-mos traçado. A todos o meu sincero agradecimento.

Uma nota muito especial para a XVI Tripla Léguas de Vermoil realizada, tratou-se de mais uma organização de alto nível em todas as suas vertentes, sendo visível a contínua evolução da prova em cada edição, o que dignifica o A.C.Vermoil.

Porque nem só de desporto vive o clube é importante referir a nossa participação nas tasquinhas da Tradicional Feira do Bodo das castanhas em Vermoil, assim como na Feira de Artesanato e Tasquinhas de Pombal, onde representamos a Freguesia de Vermoil.

Em qualquer um dos casos ficou demonstrada a nossa capacidade organizativa, onde a inovação continua a ser um ponto de honra. Pelo que consideramos ter dado um contributo decisivo para aquilo que são os valores definidos para ambos os eventos.

Somos efectivamente um clube activo, dinâmico e criativo, mas tudo isto seria impensável sem o apoio incondicional demonstrado pelos nossos sócios, simpatizantes, patrocinadores, Câmara Municipal de Pombal e Junta de Freguesia de Vermoil. A todos o nosso sentido agradecimento, tudo faremos para continuar a merecer o vosso apoio.



Manuel Sobreiro
Presidente do
Atlético Clube de Vermoil

FICHA TÉCNICA

Propriedade

Atlético Clube de Vermoil
Fundação 12-08-1984



Centro de Cultura e Desporto do INATEL - C.C.D nº4525

Contactos

Rua do Jardim, nº16
3105-442 Vermoil - Pombal
Site: www.acvermoil.com
Email: acvermoil@gmail.com
Tm. 916 755 213

Coordenador

Daniel Ponte

Capa

Pedro Gameiro

Colaboram nesta edição:

- Daniel Ponte
- Eugénio Mendes
- Filipe Leitão
- Manuel Sobreiro

Paginação e Impressão

Quilate

Distribuição

Gratuita

Depósito Legal

Nº 298121/09

Tiragem

2000 Exemplares

SOLUÇÃO COMPLETA MORADIAS



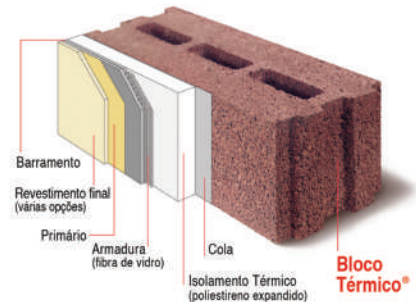
ABOBADILHA®

Pela sua configuração geométrica reduz os consumos de betão de enchimento e argamassa no revestimento.



BLOCO DE VENTILAÇÃO®

Distingue-se da solução tradicional pela leveza do betão e correspondente resistência ao fogo.



SISTEMA ETICS

Optimização do isolamento térmico com o sistema ETICS Hotskin.



FreeBLOCO®

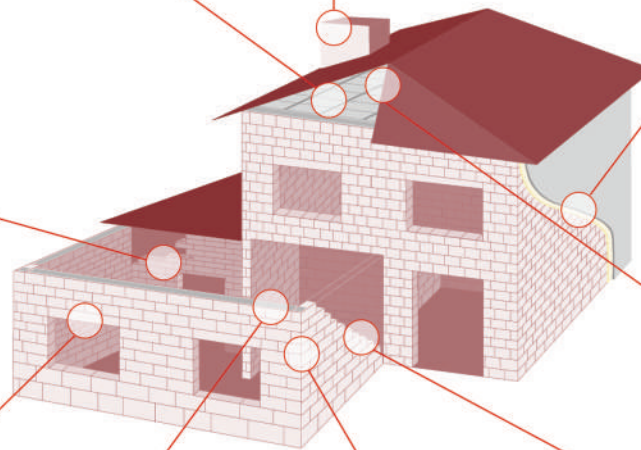
ALVENARIAS TÉCNICAS

Ideal para paredes interiores, não necessita de abertura de roços (verticais)



CAIXA ESTORE

Aderência a qualquer tipo de reboco ou parede. Excelente resistência à compressão.



FUNGIBLOCO®

Elemento de aligeiramento com massa volumica de 1.100 Kg/m³.



BLOCO LINTEL "TÉRMICO"



Paredes sem recurso a cofragem tradicional.

BCP 30



Rentabilidade elevada. Adequado para construções de pequeno porte.

BLOCO TÉRMICO®



Excelente isolamento térmico e acústico. Estanquidade à humidade.

T 236 949 180
comercial@artebel.pt



Meirinhas - Pombal
www.artebel.pt

O Atlético Clube de Vermoil (ACV) foi constituído, por escritura de 12 de Agosto de 1984. Tal como é definido nos seus estatutos, o Atlético Clube de Vermoil tem como objectivo a “promoção dos seus associados através da educação cultural e prática desportiva promover a localidade de Vermoil e organizar provas de atletismo...” (art.º 2º, nº 1). Desde 1984 tem sido esta a filosofia do Atlético Clube de Vermoil.

O ACV inscreve na respectiva Associação Distrital um número cada vez mais crescente de atletas. Em Junho de 2009 estão inscritos um

número recorde de atletas – 189. A área de recrutamento não se restringe à freguesia de Vermoil, mas a todo o concelho, tendo até atletas de outros pontos do distrito.

O Atlético Clube de Vermoil está filiado no INATEL como Centro de Cultura e Desporto (CCD), com o n.º 4525.



Projecto ACV

Em 2007 O clube entendeu que deveria redireccionar os seus objectivos, não se dedicando exclusivamente à estrada mas também à provas de pista, tornando-se um Clube de atletismo de forma mais plena e concreta.

O Atlético Clube de Vermoil define-se como um clube de atletismo dedicado à formação e à competição de todas as disciplinas do atletismo.

A formação desportiva é aberta aos jovens da freguesia de Vermoil, do concelho de Pombal e em situações justificáveis, pertencendo a uma área geográfica mais abrangente.

A vertente competitiva, mais importante a partir do escalão de juvenis, deverá de ser sempre uma consequência do processo de formação do ACV. Em situações excepcionais poderemos integrar atletas que não fizeram a formação dentro do modelo do ACV.

Com este grupo de dirigentes, com a equipa de treinadores que possui, com diferentes experiências e que deverá ser reforçada, e com o numeroso grupo de atletas com diferentes aptidões, o ACV deverá ter necessariamente um conjunto de objectivos que poderemos, numa primeira fase dividir em colectivos e individuais.

Nem sempre é possível conciliar os objectivos individuais com os colectivos. Mas, na maioria das vezes é possível. Mas tem de haver, por parte de atletas e treinadores a compreensão para admitirem que, a integração plena do clube com a sociedade, dos treinadores e atletas com o clube e, consequentemente, na vertente social, passa pelo grande envolvimento na componente colectiva e reconhecer a necessidade de se envolverem fortemente no mesmo.

Para tal o Clube concentrou-se em duas áreas que entendeu fundamentais:

- 1- Reestruturação da orgânica do clube
- 2- Aposta consistente e séria na formação



Visita ao ACV do Prof. Fernando Mota, Presidente da Federação Portuguesa de Atletismo, e Anibal Carvalho Presidente da Associação Distrital de Atletismo de Leiria



execris
execução de escritas, Lda.

Contabilidade • Assistência Fiscal
Processamento de Salários • Projectos de Investimento
Agência Multiserviços
Alvarás de Construção Civil

Ed. Execris - Pocejal - 3105-423 VERMOIL - POMBAL
Tel. 236 941 380 - Fax 236 941 479 - execris@mail.telepac.pt



EXECRIS
mediação de seguros

Ramo Vida e Não Vida

Agente Exclusivo



Fidelidade Mundial
Seguros

EN1 - Barracão - 2420-195 COLMEIAS - Tel. 244 723 886 - Fax 244 723 887

Restruturação da Orgânica do Clube

A nova direcção ao apresentar-se e perante os seus objectivos sabe que só será coroada de êxito se pensar o clube de forma a que este se encontre organizado e orientado. Cada elemento com funções, orientações e obrigações claras dentro da estrutura.

Sendo assim colocou em funcionamento um organograma que possa proporcionar uma orientação clara, não correndo o clube riscos de um crescimento desordenado.

Desde de 2006 a direcção levou a cabo diversos programas de relançamento do clube, a saber:

- Nova Imagem: foi criado um novo emblema. O verde-escuro e o preto foram as cores escolhidas para arejar toda a imagem gráfica do clube.
- Aposta forte na Formação: incentivar alguns, atrair muitos e cativar todos!
- Relançar a Tripla Léguas: no espaço de 4 anos esta prova tornou-se uma referência distrital e mesmo nacional, realizando-se consecutivamente aí o campeonato distrital de estrada. Realiza-se assim a Festa do Atletismo em Vermoil, no primeiro Domingo de Novembro.
- Promoção do Atletismo: com a presença assegurada até Março/2011 da pista coberta em Pombal. É objectivo prioritário a massificação de presenças dos seus atletas na mesma, quer nos treinos quer em competição. Se tal objectivo é válido, tal não minimiza a necessidade de continuar a lutar por uma pista de tartan no concelho.



milton duarte
seguros

ASSURFINANCE

- Leasing
- Créditos (Habitação / Individual)

VIDA

- Poupança
- Investimento
- Seguros de Vida

NÃO VIDA

- Acidentes de Trabalho
- Acidentes Pessoais
- Seguro de Saúde
- Seguro Multiriscos
- Seguro Automóvel



Rua da Igreja, Edifício Vermoil, r/c - 3100-437 Vermoil

Tel. (+351) 236 942 372 - Tlm. (+351) 925 492 464

e-mail: milton.duarte@parceiros.tranquilidade.pt - www.tranquilidade.pt



hummel

Marca oficial



atlético
clube de
vermoill

www.hummel.dk
hummelportugal@gmail.com



www.amconfraria.com



CHATENET

AUTOMOVEIS
SEM
CARTA

CH26



AutoMecânica da Confraria Lda

CONFRARIA - Rua da Raposeira nº 180 - Colmeias - Tel. 244 722 350 - Fax: 244 721 778
BARRACÃO - IC2 junto aos semáforos
LEIRIA - Est. da Estação (Qta. da Gordalina)
POMBAL - En1 - Moncalva

www.amconfraria.com

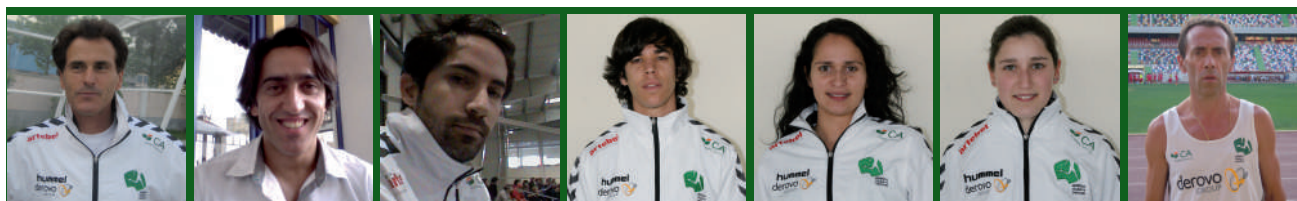
Aposta consistente e séria na formação



Para que a formação fosse um êxito tornou-se imperativo aí também proceder-se a uma reorganização.

a) Aposta em Treinadores de qualidade

O clube que em 2006/2007 não tinha nenhum treinador, teve no ano seguinte, 2007/2008 apenas um. Em 2008/2009 passou a dois. Em 2009/2010 possuía 6, em 2010/2011 são 7 os treinadores.



Nesses sete treinadores encontram-se:

- 1- **Professor Carlos Carmino**, Director técnico nacional da Marcha e Director Técnico Regional.
- 2- **Miguel Lucas**. Treinador de Carlos Calado, medalhado nos Campeonatos do Mundo de pista Coberta realizado em Lisboa no ano de 2001.
- 3- **Nuno Marques** – Licenciado em Educação Física. É treinador de Sara Dias, actual campeã nacional de Júniores em pista coberta nos 200 m.
- 4- **Tomé Agostinho** – Treinador do actual campeão nacional de Júniores de salto em altura.
- 5- **Ana Esteves** – Licenciada em Educação Física.
- 6- **Diana Morgado** - Licenciada em Educação Física.
- 7- **Luís Sousa** – Treinador na área da Resistência.



LÍDER MUNDIAL NO CONTROLO DE PRAGAS

GARANTIA - ORÇAMENTOS GRÁTIS / EMPRESAS E RESIDÊNCIAS

Baratas · Ratos · Pulgas · Formigas · Moscas · Térmitas

808 200 141

trulynolen.leiria@leiripraga.pt · www.trulynolen.com.pt

b) Captação de jovens

O clube fez um trabalho de captação. Para tal:

- 1) Iniciámos o projecto das AEC'S (actividades extra-curriculares) leccionando a disciplina de educação física nas escolas primárias da freguesia de Vermoil e S.Simão de Litém no total de 5 escolas.
- 2) Estabelecemos um protocolo com o Colégio mais próximo - Colégio João de Barros, no sentido de incentivar os alunos á pratica da modalidade.
- 3) Realizámos treinos diários entre o Estádio Municipal de Pombal e o Estádio Dr Magalhães Pessoa, em Leiria.
- 4) Contactámos várias escolas do concelho de Pombal promovendo a modalidade.
- 5) Promovemos eventos com o apoio da câmara municipal de Pombal com vista á promoção da modalidade.

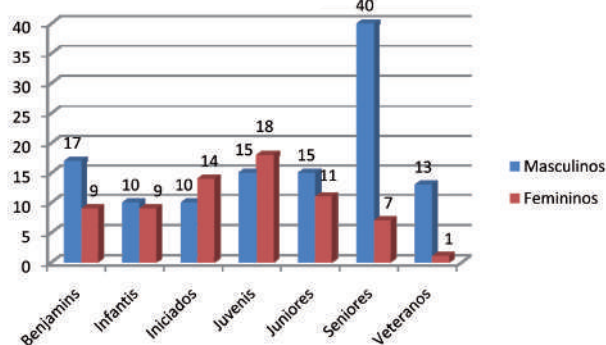
A captação tem sido a todos os níveis um sucesso. O clube que vinha de um número de federados que variava entre os 14 (2005/2006) e os 30 (1999/2000) viu o seu nº de atletas filiados subir exponencialmente para 189!.

Destes 189, 128 são de escalões de formação. Neste momento possuímos um nº de atletas filiados superior aos

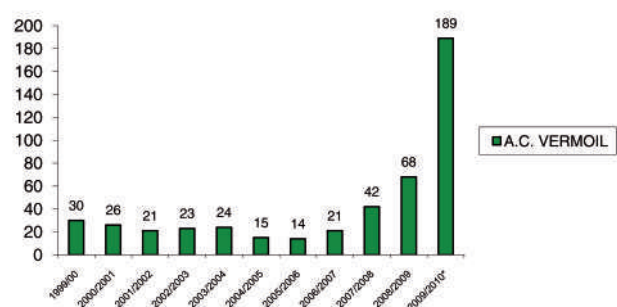


consagrados Sporting Clube de Portugal, Sport Lisboa e Benfica e Futebol Clube do Porto.

Número de atletas por escalões filiados no Clube



Nº de atletas filiados por época no Clube



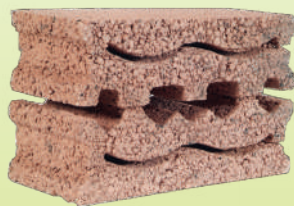


MENDES & RODRIGUES, LDA.
ARTEFACTOS DE CIMENTO

**PAVIMENTOS - BLOCOS
ABOBADILHAS**



Bloco Térmico



Bloco Isolsónico



Est. da Gafaria - 3100-782 Vermoil - Pombal
Tel. 236 941 492 - Fax: 236 941 887
www.mendesrodrigues.pt - info@mendesrodrigues.pt



vermoilconta

Gabinete de Contabilidade, Lda.

Contabilidade
Fiscalidade
Salários
Soluções de Gestão

Rua do Centro Social nº7
Vermoil
Tel : 236941637
Fax : 236942082
vermoilconta@gmail.com

No decorrer deste ano o Clube tem vindo a colher os frutos dessa forte aposta senão vejamos:

CAMPEÕES E VICE-CAMPEÕES NACIONAIS

● **Cristiano António** sagrou-se em Janeiro deste ano Campeão Nacional de marcha atlética de estrada em Esperanças.

Foi também Campeão Nacional de marcha atlética em pista nos campeonatos nacionais de Sub 23 realizados em Lisboa em 26/27 de Julho de 2010.



● **Daniela Cardoso** sagrou-se em Janeiro deste ano Campeã Nacional de marcha atlética de estrada de Juniores.

Foi também Campeã Nacional de marcha atlética em pista nos campeonatos nacionais de Sub 23 realizados em Lisboa em 26/27 de Julho de 2010.



● **Kevin Santos** sagrou-se Campeão Nacional Escolar nos 110 metros Barreiras e nos 4 x 100 metros e Vice-Campeão Nacional Escolar no Salto em Comprimento. Foi seleccionado para representar Portugal no FISEC- Fédération Internationale Sportive de L'Enseignement Catholique.



● **Sara Dias** sagrou-se em Janeiro deste ano Campeã Nacional de Pista coberta nos 200 metros em Juniores Femininos.



● **Fábio Dias**

obteve o Record Nacional dos 150 metros em Infantis masculinos – pista coberta e o Record Nacional de pontuação nas provas combinadas em Infantis Masculinos.



● **Fani Ferreira**

sagrou-se em Janeiro deste ano Vice-Campeã Nacional de Pista coberta nos 60 metros Barreiras em Juniores Femininos.





Dom Sebastião

Sextas e Sábados das 23:00 às 03:00 Domingos das 22:30 às 02:00

Tel. 236 244 980
Parque Comercial Europa
E. N. 1 - TRAVASSO
Pombal

Uma das mais antigas salas de dança do país!



Todos os domingos temos as melhores noites de dança da região centro!



- CARGA GERAL
- BASCULANTES PULVERULENTOS
- CIMENTO A GRANEL
- FRIGORÍFICOS
- PORTA-CONTENTORES
- DISTRIBUIÇÃO
- LOGÍSTICA



TRANSPORTES CENTRAL POMBALENSE

Em Constante movimento

www.tcp.pt



TRANSPORTES
NACIONAIS E
INTERNACIONAIS

SEDE

Apartado, 2
3106-601 MEIRINHAS - POMBAL
Tel.: +351 236 949 080 - Fax: +351 236 949 081
E-mail: geral@tcp.pt

FILIAL MAIA

Urbanização do Duteiro, Lote 3
Gemunde (Zona Ind.) - 4470-208 MAIA
Tel.: +351 229 438 050 - Fax: +351 229 438 059
E-mail: filial.maia@tcp.pt

FILIAL LISBOA

Rua de Moçambique, Lote 1 - Armazém C
Prior Velho - 2689-518 SACAVEM
Tel.: +351 219 407 270 - Fax: +351 219 407 279
E-mail: filial.lisboa@tcp.pt

POMBALENSE FRANCE

3, Rue de la Cavalle. Z. Ind. de la Briquetterie
33610 CANEJAN
Tel.: +33 (0) 5 56 07 66 40 / +33 (0) 5 56 07 24 45
Fax: +33 (0) 5 56 36 06 92
E-mail: pombalense.france@tcp.pt



Colectivamente o Clube é:

Campeão Nacional de marcha atlética em estrada
Juvenis Femininos - 1º título Nacional da história do Clube.



Campeão Distrital

- Campeão Distrital de Estrada em juniores e juvenis masculinos e femininos
- Campeão Distrital de Corta Mato longo em juniores e juvenis masculinos e femininos
- Campeão Distrital de Corta Mato curto em Seniores masculinos
- Vice Campeão Distrital em Juvenis Masculinos – pista coberta
- Vice Campeão Distrital em Seniores Masculinos e Femininos – pista coberta
- Vice Campeão Distrital em Juniores Masculinos e Femininos – pista coberta
- Vice campeão Distrital em Estafeta de estrada em seniores masculinos
- Vice Campeão Distrital em Seniores Masculinos e Femininos – pista ar livre
- Vice Campeão Distrital em Juniores Masculinos e Femininos – pista ar livre



Individualmente o atletas conquistaram cerca de 60 títulos de campeões distritais nas várias modalidades e 48 títulos de vice campeões.

Conquistámos pódios e títulos colectivos nos escalões de benjamins, infantis e iniciados.

Também destacamos os seguintes resultados.

Participámos pela 1ª vez no Campeonato nacional de Clubes da 2ª divisão feminina em pista coberta onde alcançamos um brilhante 4º lugar.

Participamos na Taça FPA (Federação Portuguesa de Atletismo) e alcançamos um magnifico 5º lugar sendo superados apenas por Joma, Porto, Benfica e Belenenses. Clubes que já possuem enorme experiência e com investimentos exponencialmente superiores aos nossos.

O Atlético Clube de Vermeil antes de iniciar este projecto não possuía nenhum título distrital, nenhum título individual e nunca tinha tido qualquer representação nacional. O salto foi considerável.



AGROVERGEIRA

Unipessoal, Lda



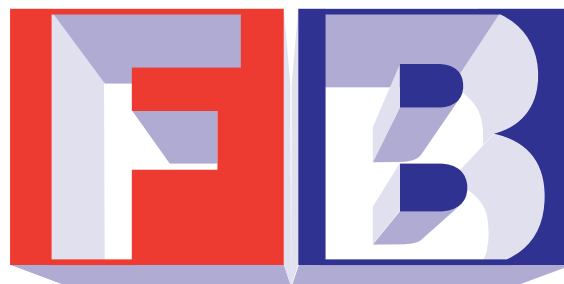
Sede:
Urbanização Fonseca, Lote N°9
3105 - 439 Vermoil - Pombal

Parque de Exposição:
IC2/N1 - Travasso - Pombal

Peças:
Tel.: 236 942 036
Fax.: 236 942 122

Gerência:
Tel./Fax.: 236 942 125

Email:
geral@agrovergeira.pt
www.agrovergeira.pt



FORMA BETÃO

CONSTRUÇÕES, LDA.

Construção Civil Cofragens

Rua da Estalagem, N°65
Outeiro da Ranha 3105-398 VERMOIL
Tel. 236 207 222 | 236 947 524
Fax 236 207 223 | TM 917 512 317

FERREIRA & FERREIRA, LDA.

Serração e Carpintaria Mecânica de
Madeiras Nacionais e Estrangeiras
Tacos, Soalhos, Forros,
Móveis e Vigamentos



Tel./Fax 236 941 109 (Fábrica) - 236 947 205 (Residência)
E-mail: fefe_lda@sapo.pt
CHÃ - 3105-351 VERMOIL - POMBAL



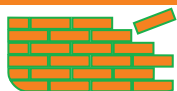
Celestino Cardoso da Ponte
Electricidade e Canalização
de Construção Civil

Inscrito na ANACOM n°(IEC 384041)
e D.G.E n°(43 960)

Tel. 236 941 955
Tlm. 966 935 373

Rua da Sarrada
Vermoil - Pombal

LAVAGEM AUTOMÓVEL AUTOJACTO
PISÃO



MATERPONTE

Comércio de Materiais de Construção, Lda.

Construção Civil
Fornecimento de Materiais
para Construção

Máquinas e Transportes de Aluguer

Fazemos Orçamentos

Rua do Jardim 3100-782 VERMOIL
TEL./FAX 236 941 250 - Email: materponte@sapo.pt



Café Jardim

Espaço Internet Grátis SALÃO DE JOGOS



Rua do Jardim, n°12 - VERMOIL - Tel. 236 941 458

Projecto ACV....apenas no seu início

Embora tenha sido desde 2008 que se lançaram algumas sementes, apenas este ano se fez de forma mais forte e consistente. Estamos apenas no início e vários passos continuam por dar e alguns por sedimentar.

Se conseguirmos e formos coroados de êxito na implementação de todas as ideias apresentadas parece-nos que podemos encarar alguns objectivos futuros sem receios.

Investimentos Realizados

Face a este crescimento exponencial o Clube viu-se na necessidade de investir fortemente. Durante o Ano efectuou os seguintes investimentos:

- 1 - Aquisição de novos equipamentos – o Clube adquiriu 125 equipamentos completos- Fato de treino, calção/licra, camisola, pólo, body, top.
- 2 - Aquisição de uma Carrinha de transporte. O clube já possuía 2. Viu-se no entanto na necessidade de comprar mais uma.
- 3 - Aquisição de material de treino: Varas, Barreiras, cones, marcadores, aros, blocos. Dado a especificidade do material em si, este é relativamente dispendioso.

Se a estes investimentos somarmos o facto de o Clube agora participar em várias competições nacionais (praticamente todas). O Custo em alimentação, alojamentos e deslocações é consideravelmente superior.

CA Depósitos a Prazo

VEJA O SEU RENDIMENTO CRESCER

Super Depósito Crescente Mais

SDC+

Depósito a Prazo a 3 anos com atribuição de prémios de permanência semestrais e pagamento semestral de juros.

Super Depósito Crescente

SDC

Depósito a Prazo a 2 anos com atribuição de prémios de permanência trimestrais e pagamento trimestral de juros.

Para ver o seu dinheiro crescer basta optar por um dos nossos Depósitos Crescentes. Tão fácil e sem risco, que só tem que esperar para gozar o seu investimento a médio prazo.

Esta informação não dispensa a consulta das condições completas dos produtos junto dos Balcões do CA.

Junte-se ao **Crédito Agrícola** e veja as suas poupanças crescer.

Linha Directa 808 20 60 60

24 horas por dia, com atendimento personalizado de 2ª a 6ª feira das 8h30 às 23h30; Sábados, Domingos e Feriados das 10h às 23h.
www.creditoagricola.pt



Desde 1911



QUALIDADE DE VIDA, DESIGN E INOVAÇÃO

Perfeição e Elegância, em cada detalhe.

Localização

Localizado no centro da cidade, o Edifício Halton possui excelentes acessos, não só para o interior de Leiria, mas também para as principais vias que acedem à cidade.

Qualidade na Construção

Uma das importantes apostas na construção do edifício reside nos isolamentos acústicos e térmicos. Os apartamentos foram equipados com aquecimento central e gás, com chão radiante eléctrico nas salas de banho, e com pré-instalação de ar condicionado em quartos e salas.

Os Interiores

Para que todos os pormenores proporcionassem Qualidade de Vida e Tranquilidade, tudo foi pensado por uma equipa de arquitectos que tiveram em consideração as características de todos os materiais utilizados.

Design e Inovação nos Interiores

Tudo foi pensado por uma equipa especializada, para que a qualidade dos materiais se aliasse ao conforto, e para que todos os pormenores proporcionem Qualidade e Tranquilidade de vida aos utilizadores.



Uma pérola na cidade.



Tlm. 919 354 375 • Fax: 244 823 000 • Rua Machado Santos nº14 • Edifício Labéria • Escritório 8 • 2410-128 Leiria

www.saemeg.pt





GESSOS DECORATIVOS, LDA

Decoração - Conservação - Restauro

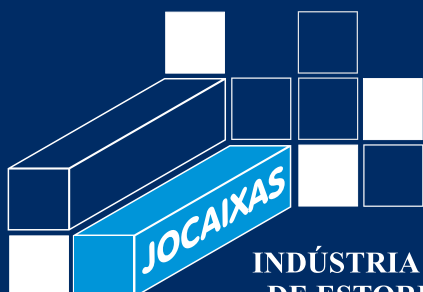
www.gessosdecorativos.com

Sede:

Rua Nova - Soalheiras • 3105-428 Vermoil - Pombal

Tel. 236 941 510 • Fax: 236 941 740

info@gessosdecorativos.com



INDÚSTRIA DE CAIXAS
DE ESTORES PARA A
CONSTRUÇÃO CIVIL, LDA.

CAIXAS ESTORES: TÉRMICAS, ISOLADAS E EM BETÃO
COLUNAS • VIGAS • BARROTES
CANELETES E GRELHAS • CAIXAS E TAMPAS DE ESGOTO
FUGAS • CHAPÉUS • GARRAFEIRAS



Rua do Alto - Palhaça
VERMOIL - POMBAL
Tel. 236 941 333
Tlm. 919 783 860 - 919 753 510
e-mail: geral@jocaixas.mail.pt

Lenha  na
Lareira

Lenha para Aquecimento

Temos:

- Carvalho
- Sobreiro
- Oliveira
- Azinho
- Eucalipto
- Acácia
- Pinho
- ...entre outras

Consulte-nos
Fazemos entregas ao domicílio

www.lenha-lareira.com

916 769 720 • Palhaça • Vermoil • Pombal

Estrada

Por força da incrementação que foi dada ao nosso clube no início da época, o grupo da estrada – ou melhor os atletas do clube que se dedicam, quase exclusivamente à corrida – teve, naturalmente, que mostrar novas e múltiplas facetas. Entenda-se, resultados; aposta em novos eventos e com mais arrojados objectivos. Em parte foi conseguido mas, essencialmente, ficámos com a ideia de termos cimentado, ainda mais, um grupo que já era coeso, dinâmico e multifacetado. Começámos com 15, chegámos aos 17 e acabámos com 16 atletas regulares. Aqui ou ali fomos, e bem, reforçados com os colegas da pista que se integraram facilmente. Saldo, portanto, bastante positivo que vem otimizar as expectativas para a nova temporada.



- **Campeonato Distrital de Estrada (Vermoil)**

A época de 2009/10 abriu, praticamente, com a Tripla-Légua que foi, também, o Campeonato Distrital de Estrada de Leiria. Foi, como soe dizer-se, entrar com o pé direito: Campeões Distritais em Juniores Masculinos e Femininos, vice-campeões em Veteranos e títulos individuais para a Carolina Matias (em juniores) e para o João Gomes (em veteranos). Quanto à Tripla-Légua, propriamente dita, segundo lugar (com os mesmos pontos do primeiro) nos escalões de formação, terceiro lugar da geral colectiva, segundos lugares individuais para Miguel Martins (M35), Wilson Conniott (JuvM), Joana Monteiro (JuvF) e Eduardo Oliveira (BenM), para além das vitórias (JunF) da Carolina Matias, do João Gomes (M45) e do Aquilino Ferreira (M50).

- **Campeonato de Portugal da Maratona (Porto)**

Na semana seguinte rumámos à Invicta para participar no Campeonato de Portugal da Maratona. Ao contrário do que o nome indica, a prova serviu apenas para apurar os campeões nacionais (masculino e feminino) individuais. Se apurasse, também, a equipa... teríamos sido Campeões Nacionais! Excelente prestação dos nossos maratonistas (João, Miguel, Aquilino, Alfredo e Leandro).

- **Campeonato Distrital de Corta Mato**

Com o Campeonato Distrital de Corta Mato a decorrer às portas de casa (Casalinho – Pombal) o Atlético, reforçado na disciplina (e muito bem...) pelos juniores, não fez a coisa por menos: Campeão Distrital em seniores masculinos. Nesta prova houve outros pódios mas este, em especial, era o mais ambicionado. Ainda por cima... em casa!



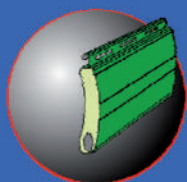
Informática e Telecomunicações

Rua Guilherme Santos, n.º 10, Roques | 3100-679 Santiago de Litém
Tel. 966 093 976 | Fax 236 212 163 | www.cmg.com.pt | luis@cmg.com.p



Policlinica
de Vermoíl

Rua da Igreja - Edifício Vermoíl Fracção D
3105-443 Vermoíl
Tel. 236 942 024 • Tlm 939 431 656



ABRISTORES

Comércio e montagem de estores



RUA CENTRAL N.º 55 GAFARIA 3105-368 VERMOIL
TELF. 236 942 342 FAX. 236 942 343
www.abristores.pt geral@abristores.pt

- **Estafeta**

Fizemos apenas uma, esta época. Por sinal, a primeira a contar para Campeonato Distrital da Disciplina. Foi em Março, nos Vidais – Caldas da Rainha. Embora muito desfalcados (alguns atletas estavam na Madeira), portanto com equipas de recurso, três pódios com outros tantos escalões presentes: seniores masculinos, veteranos masculinos e, também, em femininos (com uma equipa de juvenis).

- **Campeonato Nacional de Corta Mato**

Por ter sido a primeira vez que a FPA abriu a classificação do Campeonato Nacional de Corta Mato ao escalão de veteranos, não podíamos faltar! Marcámos presença, o que muito nos honrou.

- **Milha Urbana Cidade de Pombal**

Vencer a milha da sede do nosso concelho – que era claramente um dos objectivos da época – não foi novidade. Surpresa foi, apesar de tudo, a forma como o conseguimos: arrasámos! Obtivemos mais pontos que as equipas seguintes juntas...

O ACV, como se vê, voltou a estar em todas! Da milha à maratona, passando pelo corta mato e pelas estafetas demonstrámos o ecletismo e empenho dos atletas em prol dos interesses do clube.





Quilate
Gráfica

Tel. 236 931 797 | Fax 236 931 796
Email: quilate@mail.telepac.pt
Rua dos Bombeiros, nº 9
3100-081 ALBERGARIA DOS DOZE

EMPRESA CERTIFICADA



● Pontos baixos

1. O mais negativo da época foi, sem sombra de dúvida, a trágica, inesperada e sentida perda do colega Gonçalo Catarino. Em apenas alguns meses de convívio connosco, o Gonçalo tinha criado raízes, entrado em pleno no espírito do grupo e não era só mais um: era o Gonçalo! Neste, ainda que breve, resumo não poderia deixar de patentear-se o respeito pela memória do malogrado colega, bem como a confissão de toda a gratidão que lhe endereçamos, onde quer que esteja.



2. As lesões dos atletas são o ponto fraco do desporto. Impossibilitam o corredor de competir, ou até de treinar e, por via disso, o rendimento e o desempenho do clube pode ressentir-se. Foi na perspectiva de minorizar esse efeito que os restantes membros se afincaram para compensar a ausência prolongada e arreliadora dos lesionados da época: Miguel e Nelson. Por mais meios que o clube dispôs ou facilitou o recurso à sua utilização, a persistência da lesão impossibilitou o contributo destes nossos colegas durante, praticamente, toda a época.

● Pontos altos

Se em relação ao colectivo os mais e os menos já foram, minimamente, referidos (houve diversas vitórias colectivas em outras tantas provas, por esse país fora...), importava auscultar individualmente os atletas para se pronunciarem, eles mesmos, sobre a época. Assim, embora ele não se tenha pronunciado, pode afirmar-se que, pelo menos a nível distrital, o João Gomes dominou ao mais alto nível. Inúmeras vitórias e outras tantas classificações de relevo fizeram dele, esta época, o elemento mais produtivo. Já para o Aquilino Ferreira o melhor foi o 3º lugar da geral da Maratona de Porto Santo e vitória no escalão; os segundos lugares obtidos na Burinhosa - S. Pedro Moel, nos "17 km Serra D'Aire" e GP de Constância e as vitórias em distâncias mais curtas: GP das Donas (Fundão) e GP João Nabeiro (Elvas). Já o Leandro Santos, modesto como sempre, contentou-se com o 3º lugar no escalão na Maratona do Porto e com as suas performances nas provas de Peniche (Fogueiras) e Entroncamento (Ferroviário).



Para memória futura, e em nome dos que não quiseram ou tiveram menos jeito para se auto-avaliarem, pode afirmar-se que ficaram registadas com agrado, entre outras, a excursão a Elvas, a nocturna de Peniche e a vespertina pombalense, as clássicas de Ovar, Constância, Benavente e Viseu ou as novidades das corridas na areia das praias. Em descida e a desmotivar a rapaziada encontram-se as paradigmáticas meias da Nazaré e Marinha Grande e as provas com uma razão de proximidade que, ou muito nos enganamos, ou estão a perder carisma... Naturalmente que este grupo de opinantes também é o mesmo que considera as provas como um treino mais rápido e que dão preferência ao convívio e confraternização que se verifica, ainda, em todas elas.



Fazemos entregas nos Aeroportos!!!

(Lisboa e Porto)

A PARTIR DE
15€/DIA *



*PREÇOS SOB CONSULTA E DISPONIBILIDADE

Confraria - Rua da Raposeira, nº180 - Colmeias

Leiria - Urb. Quinta da Gordalina, Marrazes - Leiria

Contactos : 244723988 ou 966362283

www.sarafauto.pt

NPN
REMODELAÇÃO
E SERVIÇOS

DIVISÓRIAS
TECTOS FALSOS
ELECTRICIDADE
CANALIZAÇÃO
PINTURA

ISOLAMENTOS TÉRMICOS E ACÚSTICOS

Remodelação de espaços
Obras "Chave na Mão"

Tel / Fax 236 941 894 - Tlm 917 641 382

redibrinde
Indústria de publicidade

BRINDES PUBLICITÁRIOS E PROMOCIONAIS
ROUPA PERSONALIZADA
PLACAS • PAINÉIS • OUTDOORS
IMPRESSÃO DIGITAL DE GRANDES FORMATOS
IMPRESSÃO OFFSET DIGITAL PEQUENOS FORMATOS
DECORAÇÃO E MONTAGEM DE STANDS E LOJAS
DECORAÇÃO DE VIATURAS • RECLAMOS LUMINOSOS
SINALÉTICA INTERIOR E EXTERIOR
ESTUDO E CRIAÇÃO DE IMAGEM CORPORATIVA
TRABALHOS EM ESFEROVITE A 3D

Ic2 • Tinto • Pavilhão 3 • 3105-295 Pelariga • Pombal
Tel. 236 214 564 • redibrinde@sapo.pt

ॐ
Alcamen

Pizzaria - Bar

Rua da Igreja - VERMOIL

Tel. 236 942 117 - Tm. 964 967 532

Intermarché
SUPER

Ao seu dispor em

POMBAL • CONDEIXA • MARINHA DA GUIA

Tripla-Légua

Em 2009 foi para as ruas e estradas das quatro freguesias que, anualmente a acolhem, na manhã do dia de Todos-os-Santos, mais uma edição da Tripla-Légua de Vermoil. Foi a 16ª e, por várias razões, a melhor de todas. Desde logo com a quebra do record de inscritos (561), e que, se incluirmos a caminhada, ultrapassou os 700! Quanto aos chegados, ficámos apenas a dois (2) atletas do record... foram 411, no conjunto de todas as provas: dos benjamins aos veteranos.

Nos escalões de formação (benjamins a juniores) venceu colectivamente a Juventude Vidigalense com 137 pts, os mesmos do ACV, por ter quatro primeiros lugares contra os dois (Eduardo Oliveira, em benjamins e Carolina Matias, em JF) do nosso clube. Classificaram-se 22 equipas!



Nos 15 km tivemos como vencedores dois repetentes: em masculinos o Bruno Rodrigues, da Juventude Vidigalense e a Marina Agostinho (esta pela 5ª vez!), agora representando o 2 AP. Se para esta o record da prova (que é seu) ficou longe, o Bruno deixou escapar o prémio monetário por apenas 17 segundos. Por equipas, venceu o CA Barreira com 35 pts, quedando-se o ACV pela 3ª posição com 54. Classificaram-se 17 equipas!



A nossa prova voltou a ser palco do Campeonato Distrital de Estrada de Leiria. Pontuavam para esta classificação paralela todos os atletas filiados na ADAL que tivessem a sua inscrição para a época em curso devidamente formalizada, quer na Associação Distrital de Atletismo, quer junto da organização. O campeonato foi individual e colectivo para os escalões de juniores, seniores e veteranos (M/F). João Leal e Bruno Rodrigues, da Juventude Vidigalense, sagraram-se campeões em juniores e seniores masculinos; Carolina Matias, do ACV venceu em juniores e Marina Agostinho, 2 AP, em seniores femininos. Em veteranos continuam a ser campeões distritais o João Gomes, do ACV e a Silvia Coelho, do CA Barreira. Por equipas, o ACV fez a dobradinha em juniores (M/F), alcançando os dois títulos, 5º lugar em seniores e 2º em veteranos. Os campeões em seniores foram o 2AP e em veteranos o CA Barreira.

Esta é a nossa postura.



CAC

www.ovoscac.com

Bidoeira de Cima - Leiria



Ovos BRUDY
ricos em DHA (Omega3)



POWER EGGY, ovos ricos
em vitamina E e Omega 3

MATINADOS

MATINADOS, ovos de galinhas
criadas em liberdade



Ovos frescos
SABOROSOS

Globalmente, apesar de alguma quebra na prova principal – pouco significativa, pese embora a concorrência de outra prova no distrito – o balanço final foi muito positivo. A sustentabilidade dos níveis da prova deveu-se ao aumento dos participantes nos escalões de formação (dos bambis aos juniores), com inscrições gratuitas. Para além do record de inscrições, é importante ressaltar a elevadíssima taxa de participação geral, 78,66% e, – se considerarmos só a prova rainha... - ainda sobe para os noventa e poucos por cento. Muito bom!

Estudando os números da prova verificamos que o escalão que teve mais inscritos foi o de seniores masculinos (68) e que teve menos foi o de veteranos (9). Quanto aos “chegados”, os seniores voltam a liderar (57) mas o menos foi para as juvenis: inscreveram-se 19, acabaram 6!



QUADRO DE HONRA

CLASSIF.	DATA	MASCULINOS			FEMININOS		
		VENCEDOR	CLUBE	TEMPO	VENCEDORA	CLUBE	TEMPO
I	20.11.1993	VITOR DINIS	JUVENTUDE UNIDA	53:10	CARLA MARTINS	NA MATOSINHOS	1:14:42
II	20.11.1994	CARLOS OLIVEIRA	PM LISBOA	45:51	CARLA MARTINS	RS CAMPO LINDO	1:02:14
III	19.11.1995	AVELINO FRIAS	JUV. VIDIGALENSE	46:22	CRISTINA ALMEIDA	ÓIS DO BAIRRO	1:05:20
IV	17.11.1996	AVELINO FRIAS	JUV. VIDIGALENSE	44:33	CONCEIÇÃO COELHO	GA VALEJAS	1:03:37
V	09.11.1997	JORGE GONÇALVES	GDCC A. VALDEVEZ	47:52	CAROLINA MORAIS	NA BAIRRADA	1:08:22
VI	08.11.1998	AMÉRICO PESTANA	UR DAFUNDO	45:44	CRISTINA PONTE	BARCELONA 92	1:00:10
VII	07.11.1999	ALBERTO ALMEIDA	CP VALONGO VOUGA	47:01	TERESA LOPES	BARCELONA 92	1:06:38
VIII	05.11.2000	RAIMUNDO SANTOS	AÇ MARINHENSE	46:17	TERESA LOPES	METROPOLITANO LX	59:30
IX	04.11.2001	ALEXES SCUTARU	UR DAFUNDO	46:24	TERESA LOPES	METROPOLITANO LX	56:53
X	03.11.2002	FRANCISCO PEREIRA	AR ESTRELA DO SUL	46:50	MARINA AGOSTINHO	JUV. VIDIGALENSE	59:12
XI	13.04.2003	Estafeta					
XII	06.11.2005	ALBERTO ALMEIDA	CP VALONGO VOUGA	48:50	LINA SANTOS	C VET DO LIS	1:03:22
XIII	05.11.2006	ALBERTO ALMEIDA	CP VALONGO VOUGA	48:08	MARINA AGOSTINHO	JUV. VIDIGALENSE	57:03
XIV	04.11.2007	LUIS SILVA	A D E R C U S	46:20	MARINA AGOSTINHO	JUV. VIDIGALENSE	1:05:40
XV	02.11.2008	BRUNO RODRIGUES	JUV. VIDIGALENSE	46:22	MARINA AGOSTINHO	JUV. VIDIGALENSE	58:30
XVI	01.11.2009	BRUNO RODRIGUES	JUV. VIDIGALENSE	46:37	MARINA AGOSTINHO	2 AP	1:03:05

Nota: Record da prova estabelecido para o novo percurso...



Novidade bastante apreciada foi a presença de uma equipa de massagistas que ajudaram a recuperar do desgaste sofrido pelos atletas que tiveram necessidade. E foram muitos!

O tempo esteve excelente para a prática da modalidade, o almoço foi servido rápida e eficazmente e as classificações e entrega de prémios decorreram sem atropelos ou atrasos.

Para a comunicação social presente e para os cyber simpatizantes, a nossa prova voltou a ser modelo de qualidade, o que nos orgulha e responsabiliza para o futuro.

Para a edição deste ano (17ª) foram decididas algumas alterações:

A primeira passa pela eliminação dos prémios monetários para as equipas. A ideia não pegou. Não é por causa, ou pela existência de dinheiro, que as equipas mais ou menos numerosas vêm a Vermoil. Vêm as que querem, porque querem e com os atletas que podem e gostam de nos visitar. A

estabilização dos atletas concelhios (cerca de 20) que normalmente participam na Tripla-Légio, esteve na base da eliminação da classificação respectiva.

Já não se justificava a atribuição deste incentivo. Por outro lado, fez-se a pressão necessária para que a ADAL institua um Campeonato Distrital completo: para todos os escalões. Tal não está, ainda, definido e garantido mas há essa intenção... Uma última alteração prende-se com a divulgação da prova. A distribuição de flyers pelas provas já não é essencial. Não a podemos descurar mas a aposta tem que ser feita pelos média. É isso que está a ser feito.

Estão, portanto, lançados os dados para que no próximo dia 07 de Novembro, VERMOIL volte a ser o centro e A FESTA DO ATLETISMO!

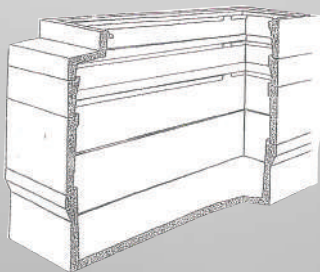


A tripla em imagem





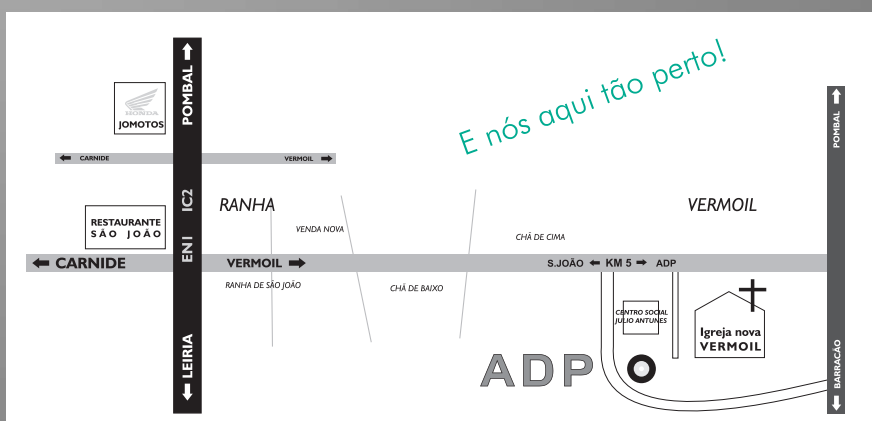
Jazigos Subterrâneos "CAVEAUX"



Jazigos Capela



Campas



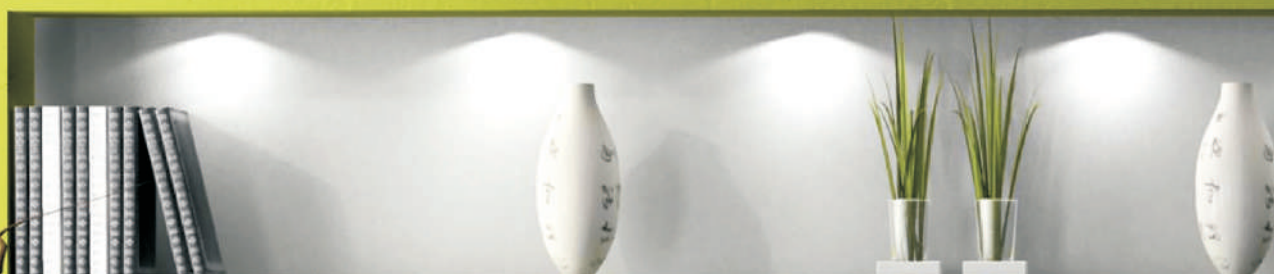
Dignidade e honestidade em momentos difíceis!...

Exposição: Rua da Fonte do Emporão | 3100-339 Flandes - POMBAL
Videofone: 300302269 | Tm. 913 391 650 | e-mail: info@adpcampas.com

Escritório/Oficina: Rua da Serrada, 8 | 3105-432 VERMOIL
Tel./Fax 236 941 487 | Tm. 913 391 650 | site: www.adpcampas.com

MOVELS 
ILIDIO DA MOTA®
Since 1962

www.ilidiodamota.pt



Parabéns AC Vermoil!
Que os sucessos de 2010 se multipliquem no futuro.