



Laboratório sem curvas para os irmãos Porém

Testes Ricardo e Manuel Porém são os primeiros pilotos a passar no Laboratório da FCDEF. Medições e avaliações físicas foram a “estrada” de um dia diferente

André Freixo

Um pedaço de história já Ricardo e Manuel Porém, pilotos da X-Raid, fizeram no dia de ontem ao serem os primeiros “atletas” das quatro rodas a serem alvos de testes físicos no Laboratório Integrado da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Coimbra (FCDEF-UC). A dupla de “ases do volante” de Leiria destacou a importância das avaliações dos vários parâmetros pois, segundo Ricardo Porém, «é importante estar na melhor forma e verificar algumas partes menos boas do corpo que possamos melhorar para encarar qualquer corrida em bom estado». Na perspectiva do piloto de 27 anos, o «equilíbrio emocional e físico» deve estar «sempre presente» na forma de abordar cada etapa e as provas executadas por ambos na FCDEF-UC permitem perceber em que patamar a dupla se encontra para encarar desafios de futuro.

A ideia de trazer os irmãos ao laboratório da faculdade que se situa no Estádio Universitário de Coimbra partiu de Luís Lagos, responsável pela preparação física dos leirienses, para quem «esta etapa é bastante importante pois,



Luís Rama, Luís Lagos, Mónica Rezende, Ricardo Porém, Manuel Porém e Fátima Rosado

prosseguiu, «conhecer valores de referência o que diz respeito à avaliação física dos pilotos permite perceber o que podemos desenvolver em termos de treino no futuro», salientou. O facto de a FCDEF dar «garantias de fiabilidade e ser altamente profissional» neste tipo de testes faz com que o preparador físico dos irmãos Porém entenda esta passagem não como única

mas como a primeira de muitas: «Será um primeiro passo para continuar este relacionamento entre os pilotos e a faculdade», afirmou.

O espaço, que está mais habituado a ser “visitado” por canoístas, futebolistas, remadores e nadadores, como recordou Luís Rama, director do laboratório, possibilitou, deste modo, aos pilotos «levarem valores para serem compara-

dos em outros momentos e, por outro lado, com valores de referência da mesma área».

O que é certo é que, com o Dakar 2017 como «objectivo» e, até, sonho, e a Baja Itália a ser a próxima prova onde a dupla estará presente, realiza-se de 24 a 26 deste mês, os irmãos Porém saíram da FCDEF com certezas maiores em relação ao que podem pedir e melhorar na sua performance. ◀

ANDRÉ FREIXO



ID: 64738820

04-06-2016

Laboratório da Universidade fez testes físicos aos pilotos Ricardo e Manuel Porém Coimbra | P24