



Aprendizes de surfistas

Se quer aprender a surfar neste Verão, sugerimos três escolas na praia

Aos fãs de sol, praia e surf: sugerimos três das muitas escolas da modalidade que estão à espera de aprendizes de surfistas este Verão.

A Carcavelos Surf School tem um programa de aulas a funcionar não apenas no Verão, mas todo o ano, com teoria, exercícios de aquecimento e alongamento e acompanhamento próximo na prática. Na praia de Carcavelos, as aulas, que podem ser individuais ou em grupo, duram duas horas e deverão ser marcadas na véspera, para combinar o horário em função das marés. Quanto a valores, os preços variam entre os 25 euros para uma aula de grupo e os 180 euros para 12 aulas e incluem fato e prancha. Já uma aula individual custa 50 euros. Nas praias de Matosinhos e

Leça da Palmeira, a Escola de Surf do Norte tem um plano de aulas de surf e bodyboard para vários níveis. Pode fazer uma sessão experimental (por 10 euros) antes de escolher um pacote de cinco ou dez aulas (70 e 125 euros, respectivamente), sendo que existem diferentes modalidades de aulas e pagamentos.

A pensar nas férias escolares, na Costa de Caparica, a 7ª Essência - Escola de Surf e Bodyboard organizou campos de férias para a prática das modalidades, tendo ainda a possibilidade de inscrição nos tempos livres, sendo que a escola vai buscar e levar os alunos a casa.

Mais informações
www.carcavelossurfschool.com
www.surfaventura.com
www.7essencia.com

MODISMO: Coches ricados com pormenores métricos por motorista de ministério

A.M.PORCIGUES: Juiz internacional conta: "Quil quem esteve à beira da evolução"

FOTOGRAFIA: Melhores colecionadores de imagens do século XIX de Portugal e das Colónias

PASSATEMPO: Ligue e ganhe videologos "Up-Altamente" para PS3

domingo

DEIXOU DE SER A AVENTURA DE ALGUNS PARA SER A DE MUITOS. MILHARES APANHAM AS ONDAS NA COSTA PORTUGUESA. É O DESPORTO DE ÁGUA MAIS RENTÁVEL

A MODA DO SURF

O surfista Eison Pereira, com um dos seus alunos, em Leça da Palmeira

TRADIÇÃO **capa**

de aulas, como para explicar a sensação da onda. "É muito difícil descrever o que se sente", assuntam os 13 anos de Vasco, depois de um segundo a pensar o que dizer. Porque, na prática, a "liberdade é gigante, a de fazer o drop (descer a onda), as curvas e as manobras", como diz Tiago, mas a teoria tem dificuldade em perceber a "magia" do vento no corpo e o equilíbrio que os mais experientes conseguem por cima da onda. Os dois moram em Oeiras e é na Carcavelos Surf School, na praia com o mesmo nome, que arduamente treinam para chegar à "tribal".

"Vim aos seis anos. O meu pai fez-me uma surpresa e inscreveu-me na escola para eu aprender, que era uma coisa que

"UM CLIENTE SONHA COM A SUA PRANCHA ATÉ ELA ESTAR FEITA"

Hélio tem 37 anos e é um dos 'shapers' (fabricantes de pranchas) mais conhecidos em Portugal. O facto de encarar a profissão "como uma arte" tem ajudado a granjear para a sua marca fãs um pouco por todo o País. Francisco Mendes, Afonso Vilela, Isaac Alfaiate e Pedro Adão e Silva são alguns dos clientes deste 'shaper', que faz "seis a oito pranchas por semana" na sua fábrica em Sines. Hélio cultiva a exigência como trunfo fundamental que não esconde na manga. "Um cliente sonha com a prancha até ela estar feita, por isso nada pode falhar", revela o 'shaper', que construiu a primeira prancha em 1993 para o irmão utilizar nas ondas, embora ele também surfasse. Todas as pranchas que saem da sua marca são feitas por medida, "porque depende da pessoa que a vai utilizar, das características, do grau em que se encontra na prática do surf".

"A LIBERDADE É GIGANTE. É FAZER O DROP AS CURVAS E AS MANOBRAS"
 VASCO, 13 ANOS

LEÇA E MATOSINHOS
 A escola Surfaventura, em Matosinhos e Leça, recebe milhares de adultos. "Tive um aluno de 60 anos que se safava melhor do que muitos de 20", recorda Manuel Maia, o proprietário. Também fazem ações para empresas: "Chegámos a fazer à Qimonda"

22 **domingo**