

**Desde muito cedo estive no atletismo com uma carreira fulgurante que a levou às medalhas em todas as suas fases. Agora em fase de transição, ganhou nos campeonatos nacionais de Corta-Mato foi a primeira dos sub 23 e a 5ª na tabela geral. Com 20 anos já é uma dor de cabeça para as atletas mais maduras e é apontada como a grande sucessora de Jessica Augusto.**

Lenço Mango, pólos Nike Sportswear GS Polo, pulseira Mango, cinto Pepe Jeans, calças Levi's Leggings, Ténis Nike Sportswear Air Vortex Vintage.

Os produtos Nike Sportswear encontram-se disponíveis nas lojas TAF [www.mytaf.pt](http://www.mytaf.pt)

Estás numa fase em que saíste dos juvenis e comesças a ter contacto com os maiores atletas nacionais de corta-mato. Como estás a sentir esta adaptação? É uma adaptação difícil mas ou mesmo tempo é uma motivação já que as portuguesas são as melhores da Europa e como tal estou a competir ao mais alto nível. Sinto que estou a um pequeno passo dos melhores tempos e isso é uma motivação. São adversárias que já conhecia bem porque o grupo dos juniores acompanha as delegações nacionais e sempre houve entre todos um convívio é saudável.

E o facto de estares a passar uma fase em que as medalhas

vão passar a ser mais difíceis

de obter, afecta as tuas

prestações?

Consigo lidar

perfeitamente com

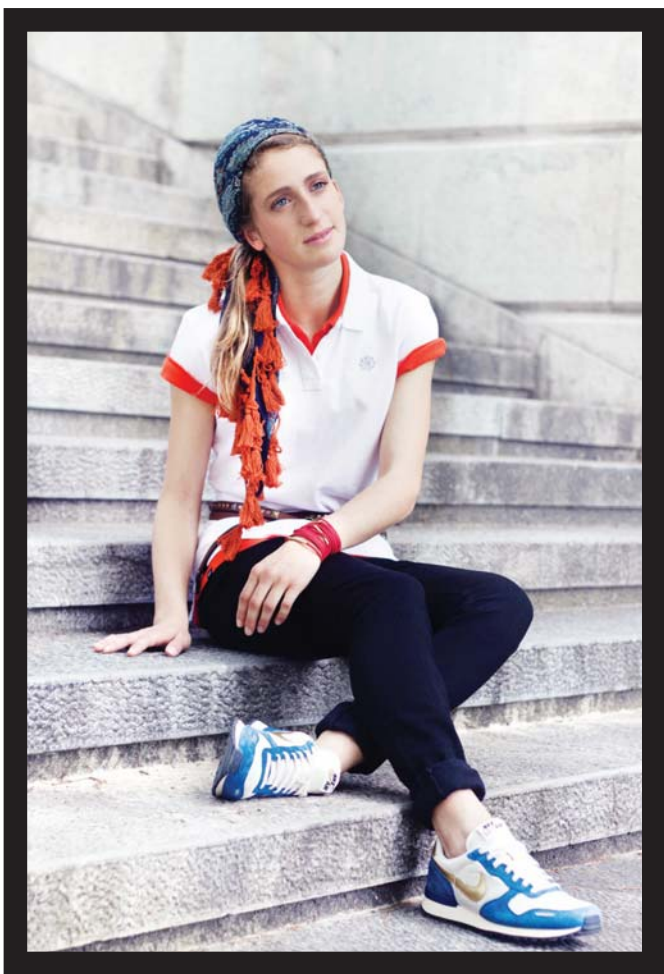
isso, porque já estava

preparada psicologicamente

para uma passagem de campeã

nacional para um lugar na

selecção. Tenho agora adversárias



muito mais fortes do que tinha no ano passado.

As medalhas são cruciais na vida de um atleta?

São muito importantes porque servem de motivação. Mas

o facto de não existirem

compen-sa-se com marcas e

objectivos a atingir que também são

motivantes para manter uma carreira. Se estivermos bem, as medalhas um dia hão-de chegar.

Quais são os objectivos para este ano?

Ir ao campeonato de Europa de pista e tentar estar na final. Apesar de já ter participado nunca estive numa final.

F— Francisco Vaz Fernandes styling— Conforto Moderno make-up— Tânia Dove F— Carla Pires

D  
A  
N  
I  
E  
L  
A