



**FRANCISCA
LAIA**

“QUERO ESTAR NOS JOGOS OLÍMPICOS”

Aos 21 anos, a **canoísta do Sporting** tem os objetivos bem definidos. Dias 18 e 19 de maio, na Alemanha, sonha conseguir uma vaga para representar Portugal... no Brasil

O convite para uma ‘conversa de faca e garfo’ foi prontamente aceite por Francisca Laia. A agenda da canoísta não é, de todo, ‘leve’, mas a jovem, de 21 anos, lá arranjou um ‘espaquinho’ para nos contar os sonhos, os objetivos, o passado e o futuro na canoagem e na... medicina, curso que está a tirar na Universidade de Coimbra. Mas aos estudos já lá vamos.

O dia começou cedo (bem cedo, na verdade!) para Francisca Laia. Antes de deixar Coimbra para viajar para Lisboa, onde se encontrou connosco no Darwin’s Café, a canoísta ainda se treinou no Centro de Alto Rendimento de Montemor-o-Velho. É que nos próximos dias há um objetivo que não quer deixar fugir: “Quero estar nos Jogos Olímpicos do Rio/2016. A prova para o apuramento realiza-se nos dias 18 e 19 de maio, em Duisburgo, na Alemanha. Vou tentar conquistar uma das duas vagas disponíveis para o K1 200 m. Conseguir este objetivo seria o concretizar de um sonho antigo! Os Jogos são a ambição de qualquer atleta que pratique uma modalidade Olímpica e o trabalho para lá chegar é algo indescritível! Há momentos de cansaço em que só queremos desistir mas o sonho fala sempre mais alto”, afirmou, aproveitando



“GOSTARIA DE PODER DEDICAR O APURAMENTO AO MEU TREINADOR RYSZARD HOPPE, À MINHA FAMÍLIA, AMIGOS E A ABRANTES”, AFIRMOU

para relembrar o momento em que a ilusão dos Jogos entrou na sua vida. “Foi em 2011, quando venci a minha primeira medalha internacional, ganhei vontade de lutar por objetivos mais altos e talvez tenha sido aí que surgiu na minha cabeça, pela primeira vez, a ideia de lutar para ir aos Jogos Olímpicos. Quando penso na possibilidade fico com uma vontade extrema de estar no Brasil e representar Portu-

gal da melhor forma. Motiva-me para treinar mais do que qualquer coisa. Até porque gostaria de poder dedicar o apuramento ao meu treinador Ryszard Hoppe, que me acompanha desde que entrei na Seleção em 2010 e que abriu o caminho para o nível a que estou hoje. À minha família e amigos pelo apoio incondicional, principalmente ao meu pai que me ensinou o que era este desporto, e não posso esquecer a minha cidade, Abrantes, que me acolhe sempre bem”, desabafou.

Por 18 milésimos...

O ano 2015 foi, para Francisca Laia, um ano “muito bom”. A canoísta recorda



A TAREFA É DIFÍCIL, MAS A JOVEM CANOÍSTA CONFESSOU QUE SE ARREPIA AO PENSAR NA POSSIBILIDADE DE OUVIR O HINO NO PÓDIO DE UNS J.O.

a “primeira medalha em mundiais” e quando integrou uma tripulação que a ajudou a crescer “como atleta e pessoa”. “O que guardo principalmente de 2015 é esta aprendizagem que me será muito útil no futuro e devo-a, principalmente, às minhas colegas. Mais do que os resultados de um ano, a bagagem que ganhamos com experiências novas, frustrações e bons momentos, fazem-nos evoluir. O apuramento Olímpico em K4 500 m foi um momento muito duro, talvez a situação mais complicada com que já lidei na minha carreira desportiva, principalmente por ter sido por tão pouco tempo. 2015 só não foi perfeito por 18 milésimos de segundo! Foi este o tempo que nos separou do apuramento Olímpico em K4 500 m”, lembrou.

O início deste ano começou da melhor forma para Francisca Laia. A canoísta assinou contrato com o Sporting, uma oportunidade que não quis deixar passar. “Apesar de ter assinado com o Sporting, as minhas raízes permanecem em Abrantes, sendo o sítio onde tenho a minha família e amigos e onde continuo a treinar ao fim de semana

com o Clube Desportivo ‘Os Patos’, no qual estive 12 anos. Devo-lhes um enorme obrigado. Quero evoluir e crescer no Sporting, mas continuar ligada a Abrantes”, frisou.

Da canoagem para a medicina

“Não é tão difícil assim de conciliar”, começou por dizer a canoísta perante



ADORAÇÕES

CANOAGEM E MEDICINA DE MÃOS DADAS



ATLETA DO SPORTING

“Foi uma oportunidade que surgiu para ter outros tipos de acompanhamento mais personalizados. Sentí que poderia ajudar na minha progressão.”



ESTUDANTE DE MEDICINA

Consegue conciliar a canoagem com o curso de Medicina. Está no 4.º ano, na Universidade de Coimbra. A especialidade? “Talvez seja pediatria.”



o nosso espanto. É que falamos do curso de medicina e de canoagem ao mais alto nível... "O segredo está no hábito e no empenho com que encaramos as coisas. Desde sempre que a canoagem faz parte da minha vida e nunca conheci uma realidade em que não tivesse de treinar e estudar. Desde muito nova que concílio os estudos com a canoa-

gem, o que torna tudo mais fácil. Por fim, tento transpor para a medicina os valores que adquiri no desporto e vice-versa. A solução é viver dia a dia", confessou. A receita está passada e é preciso segui-la à risca. Mas uma coisa é certa: conseguir tal feito... não está ao alcance de todos.

André Ferreira (textos) e Luís Neves (fotos)

O RESTAURANTE ELEITO

Quando se entra no restaurante deparamo-nos com uma grande imagem de Darwin. Somos automaticamente transportados para o mundo do naturalista e biólogo britânico. Com uma decoração moderna, mas



com uns 'pingos' aqui e ali de antiguidade, ao que se junta a bela vista para o rio Tejo, fazem do Darwin's Café um belo

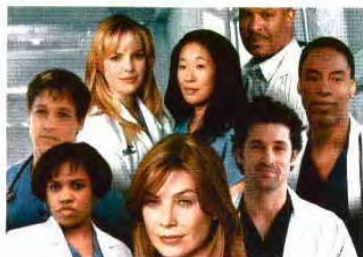
local para uma refeição e uma bela conversa. Apontámos à comida italiana e claro está... aos risottos. "Recomendaram-me este restaurante. Gosto imenso de uma refeição assim, à beira-rio", disse Francisca Laia. Enquanto a nossa convidada optou por um risotto de alheira com ovo estrelado, nós fomos para o risotto de frango grelhado, espinafres, tomate assado e pesto. Uma bela refeição que terminou com um creme brûlée Darwin e um cheesecake com molho de frutos vermelhos. E porque falamos de uma atleta de alta competição a bebida foi... água. Acompanha sempre bem com tudo. "Foi um bela escolha", comentou.

DARWIN'S CAFÉ

Avenida de Brasília, Champalimaud, Ala B, 1400-038 Lisboa

Telefone: 21 048 0222

Aberto todos os dias das 12h30 às 00h00, exceto às segundas-feiras, quando fecha às 16h00



'ANATOMIA DE GREY'

É adepta de séries, mas aquela que conta a história de uma equipa médica é a sua favorita. A proximidade com o tema é óbvia...



'FAST CAR'... FAST KAYAK

Apreciadora de "vários estilos de música", a canção favorita recai no clássico 'Fast Car', da cantora norte-americana Tracy Chapman.



COMIDA ITALIANA

Francisca Laia confessou que não dispensa "enchidos portugueses", mas é a gastronomia italiana que faz as delícias da canoísta.