



Pelo quinto ano consecutivo, o nosso diretor, Prof. Mário Machado, será um dos elementos da organização da "Marathon des Sables", seguramente a prova de Ultramaratona mais participada e mediática do calendário internacional. Este ano, serão 1.153 os participantes desta aventura de corrida que ao longo de sete dias enfrentarão as várias etapas que irão decorrer no Sul de Marrocos, em pleno Deserto do Sahara. Destes, cinco, serão



portugueses, entre os quais Carlos Sá que teve brilhante classificação em 2011. No próximo número faremos uma reportagem sobre esta prova que terá lugar de 5 a 16 de Abril...

Ora aqui estão um slogan bem apelativo: "Você Corre... Eles Vivem!". A ideia é tentar salvar os cães que estão no canil municipal de New York e que serão abatidos se ninguém os procurar. Com esta campanha dos corredores,



parte das taxas de inscrição nas provas reverterão a favor deste movimento que já conta com a participação de duas centenas de corredores... grandes amigos dos animais. Será ideia a lançar em Portugal?

Não, não é uma agressão violenta ao Facho Olímpico... É sim, um treino que a polícia inglesa faz com regularidade, nas ruas mais movimentadas para assim estar pronta para atuar em caso de problemas que possam surgir durante o trajeto deste símbolo nos próximos Jogos de Londres que terão lugar este Verão. Decididamente, a polícia inglesa tenta prever tudo que possa vir a perturbar este acontecimento.



Final de prova e quantas vezes não se vê os atletas deitarem-se e levantarem as pernas na mira de uma recuperação mais eficaz. Pois bem, um estudo levado a efeito pela Universidade de Glasgow acabou por demonstrar que após uma prova longa, posições como esta não são aconselháveis pois facilitam o aparecimento de câibras e podem ocasionar uma maior dificuldade respiratória.

