

## RELATÓRIO & CONTAS 2014

Na observância das normas estatutárias, apresenta-se o Relatório e Contas, mencionando-se os mais relevantes factos ocorridos em 2014.

O nível de atividade, nos planos cultural, desportivo e de lazer, manteve valores equivalentes aos dos anos anteriores, atingindo 298 eventos, em 77 modalidades, envolvendo cerca de 11.324 participações a que se acrescentam mais de 11.000 participações de associados e familiares nas festas de Natal, traduzindo este último número um pequeno decréscimo em relação ao ano anterior.

Destaque para as novas atividades, com a criação das Secções do Surf e Pilates Sul, que dão agora os seus primeiros passos.

Nos Benefícios, estabelecemos 57 novos protocolos de cooperação com empresas prestadoras, sendo de sublinhar a emissão de cartão de desconto Cartão Repsol - Solred Frota.

Em anexo, a listagem dos novos protocolos estabelecidos em 2014.

O Circo de Natal continua a ser o evento individual de maior repercussão e decorreu no Funchal, Lisboa, Ponta Delgada e Porto; este ano, alguns sócios de Faro vieram ao Circo de Lisboa, em autocarro assegurado pelo Clube. Participaram nas festas cerca de 1.750 crianças de várias IPSS, e mais uma vez como referido abaixo, foi recolhida receita destinada a uma Instituição.

Na área desportiva, o VIII Campeonato Nacional de Futsal continua a ser a maior realização do Clube, com a participação de 24 equipas oriundas de todo o País (Aveiro, Beja, Braga, Coimbra, Entroncamento, Évora, Faial, Faro, Funchal, Lisboa, Marinha Grande, Porto, S. Miguel e Terceira).

No lazer, realizaram-se 13 viagens, com a participação de 365 associados.

Na vertente solidária, salientamos o donativo proveniente das festas de Natal, no valor de € 11.000,00, ao Refúgio Aboim Ascensão, de Faro, e o contributo mensal regular de alguns sócios à UNICEF e à Acreditar. A Secção de Joalheria do Clube Millennium bcp organizou uma exposição com peças dos seus alunos, revertendo o valor total das vendas, € 1.288,00, a favor da Casa do Gaiato, em Moçambique.

Teve impacto especial a iniciativa Mil Mochilas em que se registou uma apreciável mobilização dos sócios, para a distribuição das 945 mochilas escolares a igual número de crianças carenciadas, por todo o país.

As contas apresentam um resultado positivo de cerca de € 2.800, equilíbrio que foi possível alcançar mercê do aprofundamento das orientações definidas quanto à comparticipação crescente dos associados no financiamento dos eventos em que participam e das poupanças introduzidas quanto aos recursos humanos (menos dois colaboradores avençados) e quanto a despesas com a organização das festas de Natal. De salientar que tal foi possível apesar da redução de dotação atribuída pelo Banco (menos 70 mil euros que no ano anterior), só parcialmente compensada por donativo recebido das companhias de seguros Millennium bcp Ageas (25 mil euros).

### CONTABILIDADE

Manteve-se o garante da independência e observância do Sistema de Normalização Contabilística.

## **SITE**

Neste ano, o site registou 248.997 entradas, o que corresponde a uma média diária de 682 visitas, ou seja, mais 32 % do que em 2013 (188.688), traduzindo a habituação pela vasta maioria dos associados na sua utilização; 3.481.087 é o valor das páginas visitadas, ligeiramente menos 5,6% que em 2013; verificaram-se 22.288 inscrições *on-line* (praticamente o mesmo valor do ano anterior), nas diferentes áreas de Lazer, Cultura e Desporto.

## **RECURSOS HUMANOS**

O quadro de Pessoal era, no fim do ano, o seguinte:

- Henriqueta Sousa
- João Rosas
- Jorge Teles
- José Carlos Leitão Pinto
- José Mário Rodrigues
- Maria de Lurdes Gonçalves
- Rui Abrantes

e avençados:

- Filipe Silva
- Jorge Dias
- Martins Ascensão

Coordenador Nacional da Área Administrativa:

- Mário Henrique Rodrigues.

O número de sócios no final do ano atingiu 36.016, sendo 12.175 efetivos.

**Clube Millennium BCP-Associação Cultural e Desportiva**

CC da Palma de Baixo - Edifício Palma, nº6 - A

1600-176 Lisboa

505,675,340



<b>BALANÇO</b>		2014	
Balanco em 31 de Dezembro de 2014		Un:Euros	
RUBRICAS	NOTAS	DATAS	
		31-dez-14	31-dez-13
<b>ACTIVO</b>			
<b>Activo não Corrente</b>			
Activos Fixos Tangíveis	1)	29.002,85	35.116,69
Sub-Total		29.002,85	35.116,69
<b>Activo Corrente</b>			
Inventários - Equipamentos		101.030,23	99.597,25
Adiantamentos a Fornecedores		0,00	0,00
Estado e Outros Entes Públicos		3.375,00	2.375,00
Outras contas a Receber	2)	17.390,09	12.947,00
Diferimentos		0,00	0,00
Caixa e Depósitos Bancários		464.985,20	466.046,41
Sub-Total		586.780,52	580.965,66
<b>Total do Activo</b>		<b>615.783,37</b>	<b>616.082,35</b>
<b>CAPITAL PRÓPRIO E PASSIVO</b>			
<b>Capital Próprio</b>			
Capital Realizado		700.000,00	700.000,00
Outras Reservas		582,00	582,00
Resultados Transitados		(163.787,22)	(127.694,51)
Resultado Líquido do Período		2.822,31	(36.092,71)
<b>Total do Capital Próprio</b>		<b>539.617,09</b>	<b>536.794,78</b>
<b>Passivo</b>			
<b>Passivo não Corrente</b>			
Provisões		1.000,00	1.000,00
Sub-Total		1.000,00	1.000,00
<b>Passivo Corrente</b>			
Fornecedores		14.290,71	0,00
Adiantamentos de Clientes			0,00
Estado e Outros Entes Públicos	3)	4.549,09	5.213,52
Outras Contas a Pagar	4)	56.326,48	73.074,05
Diferimentos			0,00
Sub-Total		75.166,28	78.287,57
<b>Total do Passivo</b>		<b>76.166,28</b>	<b>79.287,57</b>
<b>Total do Capital Próprio e do Passivo</b>		<b>615.783,37</b>	<b>616.082,35</b>

**Clube Millennium BCP-Associação Cultural e Desportiva**

CC da Palma de Baixo - Edifício Palma, nº6 - A

1600-176 Lisboa

505,675,340

**DEMONSTRAÇÃO DE RESULTADOS**

2014

<b>Demonstração de Resultados em 31 de Dezembro de 2014</b>				Un: Euros	
<b>RENDIMENTOS E GASTOS</b>	NOTAS	SINAL	DATAS		
			31-dez-14	31-dez-13	
Vendas e serviços Prestados		+	246,00	291,50	
Subsídios à Exploração		+	430.000,00	500.000,00	
Custos das Mercadorias Vendidas e das Matérias Consumidas		-	(246,00)	(262,35)	
Fornecimento e Serviços Externos		-	(509.828,26)	(588.699,51)	
Gastos com o Pessoal		-	(119.177,25)	(120.604,23)	
Imparidade de Dívidas a Receber (perdas / reversões)		-/+	0,00	(1.835,16)	
Provisões (aumentos / reduções)		-/+	480,00	1.500,00	
Outros Rendimentos e Ganhos		+	206.661,17	182.415,83	
Outros Gastos e Perdas		-	(11.289,97)	(9.072,70)	
<b>Resultado antes de Depreciações, Gastos de Financiamento e Impostos</b>			<b>(3.154,31)</b>	<b>(36.266,62)</b>	
Gastos / Reversões de Depreciação e de Amortização		-/+	(7.497,78)	(9.326,09)	
Imparidade de Activos Depreciáveis / Amortizáveis (perdas / reversões)		-/+		0,00	
<b>Resultado Operacional, antes de gastos de Financiamento e Impostos</b>			<b>(10.652,09)</b>	<b>(45.592,71)</b>	
Juros e Rendimentos Similares Obtidos		+	13.500,00	9.500,00	
Juros e Gastos Similares Suportados		-	(25,60)	0,00	
<b>Resultado Antes de Impostos</b>			<b>2.822,31</b>	<b>(36.092,71)</b>	
Imposto Sobre o Rendimento do Período		-	0,00	0,00	
<b>Resultado Líquido do Período</b>			<b>2.822,31</b>	<b>(36.092,71)</b>	

Lisboa 02 de Março de 2015

O Técnico Oficial de Contas

A Direcção

## LISTA DE DIRIGENTES E SECCIONISTAS

Cultura	Atividades Culturais Diversas (espetáculos)	Francisco Zuzarte
Cultura	Coro	Carlos Mega/Firmino Matos/J Teixeira
Cultura	Curso Introdução à Arte	Fernando Maia/Laurinda Santos
Cultura	Cursos de Informática	Fernando Maia/Laurinda Santos
Cultura	Cursos de Linguas - espanhol e inglês	Fernando Maia/Laurinda Santos
Cultura	Escola MilPautas	Fernando Maia
Cultura	Fotografia	Marco Barros
Cultura	Joalheria	Isabel Oliveira
Cultura	MilCordas	Fernando Costa
Cultura	MilFados	António Queiroz
Cultura	MilRaízes	Iva Vieira
Cultura	Recreativa	Fernando Maia/Francisco Zuzarte
Cultura	Solidariedade	Ilda Almeida
Cultura	Visitas Guiadas	José Pereira
Desporto	Andebol	Amadeu José Guimarães
Desporto	Atletismo - Norte	Fernando Carvalho Ferreira
Desporto	Atletismo - Sul	Humberto Ferreira
Desporto	Aventura	Humberto Lomba
Desporto	Basquetebol - Sul	Ricardo Paiva
Desporto	Bowling - Norte	Rogério Afonso / José Amorim
Desporto	Caminhadas - Sul	José Pereira
Desporto	Canoagem - Norte	Arlindo Freitas
Desporto	Canoagem - Sul	João Vilaça
Desporto	Ciclismo	Manuel Rodrigues
Desporto	Clássicos	João Pedro Peixoto
Desporto	Dança - Norte	André Barbosa
Desporto	Futebol - Sul	Nuno Dias Rosas
Desporto	Futsal - Norte	Manuel Fernando Morais
Desporto	Futsal - Sul	Rui Serrão
Desporto	Ginástica - Sul	José Suspiro
Desporto	Ginástica Laboral - Norte	Eduardo Taborda

Desporto	Golfe	Manuel Brigas/ Álvaro Dinis/ Noé Oliveira
Desporto	Health Clubs	João Pereira
Desporto	Judo - Sul	Vítor Pimenta
Desporto	Karaté - Norte	Carlos Rodrigues
Desporto	Karaté - Sul	Luís Simão
Desporto	Karting	Gaspar Couto/Nuno Miguel Rosa
Desporto	Mergulho	Luís Pimentel / João Paulo Rodrigues / Jorge Lourenço
Desporto	Montanhismo - Norte	Antonio Filipe Silva
Desporto	Motociclismo	Aires Pereira
Desporto	Natação - Águas Livres	João Silva
Desporto	Orientação	António Filipe Silva/Jorge Soares
Desporto	Padel - Sul	Rui Magalhães / Paulo Kellen
Desporto	Percurso Acompanhados - Norte	Patrícia Pereira
Desporto	Pesca - Norte	José Américo Xavier Ferreira
Desporto	Pesca - Sul	Francisco Garcia/A Legathaux/A Marques/P Figueiredo
Desporto	Pilates - Sul	Luís Simão
Desporto	Pool - Norte	Anselmo Pinto
Desporto	Pool - Sul	Pedro Correia
Desporto	Squash - Sul	Paulo Kellen
Desporto	Surf	Luis Pimentel / João Paulo Alves Santos Rodrigues
Desporto	Ténis - Norte	Joaquim Guedes Costa
Desporto	Ténis - Sul	Rui Magalhães
Desporto	Ténis de Mesa - Norte	Carlos Jorge Leitão Pereira
Desporto	Ténis de Mesa - Sul	João Silva
Desporto	Tiro aos Pratos - Norte	José Coelho
Desporto	Tiro aos Pratos - Sul	Luís Ventura
Desporto	Tiro de Precisão	Manuel Raposo/Jorge Capitão
Desporto	Trail	Eduardo Filipe Amaro Ferreira
Desporto	Triatlo	Pedro Quaresma
Desporto	Xadrez - Norte	Mário Marques
Lazer	Aquaríofilia	Jorge Lourenço
Lazer	Campos de Férias	Oliveira Pina / Rodolfo Guimarães
Lazer	Enofilia	Nuno Oliveira / Pedro Moreira

Lazer	Lazer e Tempos Livres-N	Eduardo Silva
Lazer	Lazer e Tempos Livres-S	Ubaldo Morgado
Outras	Dinamizador - Açores	Rui Branco
Outras	Dinamizador - Leiria	Alexandre Vieira
Outras	Dinamizador - Madeira	Licinia Castro
Outras	Protocolos e Patrocínios	Fernando Maia/Rodolfo Guimarães

## CULTURA

### CORO

A programação da atividade que o Coro do Clube Millennium bcp faz no início de cada ano tem tido sempre como único objetivo a divulgação da “marca” Millennium bcp através da vertente cultural à qual estamos associados. Nesse sentido tem sido nossa prática fazer chegar todos os anos a um vasto conjunto de entidades com grande incidência nas autarquias locais informação personalizada aos responsáveis dos respetivos pelouros da cultura sobre a nossa atividade o que tem permitido sermos bastante solicitados. Devido aos problemas financeiros que as mesmas enfrentam também fomos “apanhados” pelos respetivos cortes. Em 2014, o Coro do Clube dirigido pelo Maestro António Leitão, participou em 16 concertos / eventos com um total de 570 participantes quer em iniciativas do Clube ou em convites que lhe foram formulados. Apraz-nos registar que em todos os concertos / eventos, onde participámos, sempre fomos bem recebidos pelos seus representantes, que no final sempre nos dirigiram palavras de elogio e agradecimento pela qualidade da sessão cultural proporcionada.

Atividade desenvolvida:

- Lisboa – Igreja de São Domingos. XI Concerto de Reis (Coros Bancários);
- Lisboa – Salão Nobre do Palácio da Independência. Concerto de Reis;
- Lisboa - Igreja do Beato. Concerto de Bom Ano e Solenização da Missa;
- Moura e Santo Aleixo da Restauração - O público encheu a Igreja do Espírito Santo (Moura) e a Igreja Paroquial de Santo Aleixo da Restauração aplaudindo com entusiasmo o programa apresentado. Uma iniciativa conjunta Coro do Clube e de uma ex-coralista a residir em Moura, à qual se associaram a Câmara Municipal de Moura e a Junta de Freguesia de Santo Aleixo da Restauração, o Coro do Clube esteve presente em 22 e 23 de fevereiro nestas localidades onde efetuou dois concertos e solenizou uma Missa. No dia 22 (sábado), o Coro efetuou um concerto na Igreja do Espírito Santo. O Coro teve o privilégio de ter este espaço completamente lotado de público “obrigando” o Coro a prolongar a sua atuação para além do tempo estipulado. No final, a Vereadora da Cultura, Dr.<sup>a</sup> Maria do Céu Rato, agradeceu a nossa presença elogiando o momento cultural que proporcionámos a todos os presentes. Domingo, o Coro rumou até Santo Aleixo da Restauração onde pelas 12:00 horas solenizou a Missa na Igreja Paroquial, local onde à tarde viria a realizar um concerto com um programa adequado ao espaço. Também aqui, registámos, com agrado as palavras do Presidente da União de Freguesias que elogiou a nossa presença bem como a sessão cultural proporcionada;
- Feijó (Almada) – Igreja Paroquial de São José Operário do Feijó. Concerto e solenização da Missa. Concerto inserido no aniversário da Paróquia;
- Igreja do Beato – Concerto de Páscoa e solenização da Missa;
- Lisboa – Igreja de São Roque. IX Concerto de Páscoa (Coros Bancários);
- Coro do Clube comemora 40 anos de atividade em Vale de Estrela (Guarda) - No ano em que comemorou 40 anos de atividade e numa iniciativa à qual se associou a Junta de Freguesia de Vale de Estrela (Guarda), que há muito vinha demonstrando interesse em poder contar com a nossa participação num evento cultural, o Coro do Clube esteve presente em 10 e 11 de maio

nesta localidade, onde esteve presente num concerto e solenizou uma Missa. Dia 10 (sábado), no Pavilhão da Vinha Velha, o Coro efetuou um concerto e porque o espaço o permitia, do programa apresentado constou música popular portuguesa de várias regiões e da "vizinha" Espanha e ainda alguns espirituais negros. Houve momentos de poesia tendo como tema a "Serra da Estrela" com poemas do maestro António Leitão, ditos pelo próprio. Esta "mistura" de música e poesia acabou por empolgar o público presente, que à medida que o concerto decorria se levantava para nos dispensar fortes aplausos. No final, o representante da Junta de Freguesia teceu largos elogios à nossa presença e parafraseando as suas palavras emocionadas "os senhores proporcionaram a esta população um 'momento mágico' de cultura com música e poesia para o 'povo'. Lá pelas 10 e tal da noite, num espaço de convívio da Junta de Freguesia e com a presença de todo o "staff" da mesma, foi-nos proporcionado os sabores da gastronomia da região. Domingo 11, solenizámos a Missa na Igreja Paroquial.

- Lisboa – Auditório do Colégio S. João de Brito. XXII Encontro de Coros Bancários;

- Alcácer do Sal – Igreja de Santiago. Concerto comemorativo do 55º aniversário da "Voz do Sado" e Solenização da Missa;

- Lisboa – Basílica dos Mártires. Concerto de Natal. Concerto de encerramento da atividade do Coro do Clube em 2014. Numa iniciativa do Clube MBCP / Coro do Clube tornou-se já um "hábito" o impacto que este concerto tem junto do público o qual, mais uma vez, encheu a Basílica. Os aplausos com que presenteou o Coro à medida que o Concerto decorria, foram o garante do sucesso. A promoção deste Concerto de Natal (site do Clube, Internet, Redes Sociais, cartazes afixados em alguns locais, Revista "O Bancário", Agenda Cultural da Câmara Municipal de Lisboa e correio eletrónico tem sido a "fórmula" para o sucesso deste evento;

- 40 anos – A atividade do Coro ao longo destes 40 anos revela alguns números interessantes:

Total de concertos e / ou eventos

Continente, Açores e Madeira – 762

Localidades – 241

Total de concertos e / ou eventos

Europa - 59

Localidades – 42

## CURSO INTRODUÇÃO À ARTE

Durante o Ano de 2014, houve o desenvolvimento de técnicas introduzidas em anos anteriores, assim como a introdução de novas técnicas, que foram recebidas com entusiasmo por parte dos alunos. Mantiveram-se as mesmas turmas que em 2013, ou seja duas aulas no Edifício 9 do Tagus (terças e quintas ao almoço) e duas aulas na Calçada da Palma de Baixo (quartas à tarde e quartas à noite), mas este ano com mais inscrições de alunos. As aulas decorreram e continuam a decorrer num ambiente de agradável convívio e aprendizagem.

Foram realizadas demonstrações de técnicas de pintura e desenho pelo formador, que decorreram nos diferentes horários letivos e que abrangeram, pela ordem mencionada, a influência da arte Africana na arte contemporânea, as variadas abordagens à aquarela e o desenho de movimento, que ainda está a decorrer nalgumas turmas. Esta iniciativa foi criada de modo a incentivar os alunos que frequentam as aulas há mais tempo, a experimentarem novas abordagens e já estão agendadas diferentes apresentações até meados de 2015. Foram também efetuadas revisões de certas matérias nas quais os alunos apresentam maior dificuldade de aprendizagem, tais como a medição de proporções e o desenho ao vivo.

Além da vertente prática e técnica, houve também, pontualmente, uma abordagem teórica por parte do formador, com muito boa receptividade, pois ajudou os alunos a contextualizarem certos tipos de áreas da prática artística. Criaram-se apresentações sobre diferentes temas, com explicações ilustradas com imagens e troca de impressões entre todos. O primeiro tema abordado foi o da arte Portuguesa durante os finais do século dezanove e princípios do século vinte. O segundo tema abrangeu a arte do século vinte, o terceiro foi sobre a arte periférica e o quarto sobre a arte contemporânea e a forma como a mesma tem sido criada nas diferentes zonas de todo o mundo. Estas abordagens teóricas também irão continuar durante o ano de 2015.

Durante o ano de 2014, foram também desenvolvidas e aprofundadas com grande sucesso, as técnicas de Retracto, Paisagem e Composição, com diferentes materiais (Pastel Seco, Pastel de Óleo, Acrílico, Lápis de Cor, Caneta, Tinta de Óleo e Aquarela, entre outras), sendo o Óleo sobre Tela, a técnica de preferência por parte da maioria dos alunos.

Devido à inscrição de novos alunos, foram aplicados os programas para iniciados, que têm como objetivo dar a conhecer os aspetos estruturais do Desenho e da Pintura, tais como a composição, a anatomia, a perspetiva, e a cor, entre outros, que são comuns nas Escolas de Arte.

O interesse nas Aulas de Arte tem vindo a ser recorrente, com a permanência de alunos desde o início das aulas em 2003, alguns deles agora Artistas independentes, que realizam exposições dos seus trabalhos com regularidade e que permanecem nas aulas de modo a terem o apoio e troca de impressões que continua a ser-lhes útil na execução dos seus Trabalhos.

A anual Exposição de Arte teve lugar em Março de 2014, desta feita no refeitório do edifício 5 do Tagus.

## CURSOS DE LÍNGUAS

### NORTE

As Aulas de Inglês vão no seu 3º ano de existência, e contam, neste ano letivo, com 18 participantes, divididos por duas turmas – Intermediate e pré-intermediate.

Verifica-se que a maioria dos inscritos é recorrente, o que indicia que esta atividade tem ido ao encontro das suas expectativas.

Foram introduzidos alguns melhoramentos na sala de aula, de forma a aumentar as condições de aprendizagem.

### SUL

Aulas de Espanhol - Época 2013/14 - Tagus Park: 67 alunos;

Aulas de Inglês - Época 2013/14 - Lisboa: 49 alunos.

## FOTOGRAFIA

No ano de 2014 a secção manteve o seu âmbito de atuação tendo prosseguido quer no Porto quer em Lisboa, com um Curso de Photoshop com a colaboração do Instituto Português de Fotografia onde participaram onze associados. O VI Concurso Nacional de Fotografia reuniu quarenta e oito trabalhos, tendo sido contemplados com prémios, os três primeiros lugares. Para as maiores votações Online e trabalhos destacados por decisão do júri, foram atribuídos mais sete menções honrosas. 2014 foi ainda um ano cheio de novos cursos quer de iniciação à Fotografia ou cursos mais avançados. Na totalidade, participaram cerca de sessenta e seis novos associados nas diversas iniciativas desenvolvidas pelo Clube Millennium bcp.

## CURSOS DE FORMAÇÃO

O quadro seguinte revela os cursos realizados e o respetivo número de participantes:

Cursos de Formação	
Total de Cursos de Formação	15
Total de Participantes	206
Formação em Línguas:	
- Espanhol	67
- Inglês	49
Formação na Área Cultural:	

- Arte	42
- Fotografia	20
- Música	28

## JOALHARIA

Durante o ano de 2014, a Secção de Joalheria do Clube Millennium bcp realizou vários Workshops, ministrados por ourives-joalheiras, no Museu Nacional do Azulejo (monitora: Alexandra Lisboa) e na oficina de Ana Raquel Fonseca.

Foram ainda organizadas visitas guiadas ao Museu Nacional de Arte Antiga (MNAA) – “Splendores do Oriente – Joias de Ouro da Antiga Goa” e à Maison Cartier, em Lisboa.

O ofício de ourives desempenhou, desde sempre, um papel fundamental na formação de quem o exerce; fortalece o saber e contribui para a evolução pessoal do praticante.

É preciso plantar, cuidar e manter o conhecimento para colher frutos.

A Exposição Anual de Joalheria, que esteve patente de 1 a 5 de Dezembro 2014, pretendeu ilustrar que o “Empreender” se alcança pelo trabalho e conceptualização do conhecimento adquirido, seja este sensorial, intelectual ou científico, visando a criação de valor.

O enriquecimento e partilha deste resultam no que se encontrou, de certa forma, exposto: peças concebidas por associados do Clube – Ana Barreiros, Ana Militão, Ana Pimentel, Ana Pinto, Carla Silva Carneiro, Cristina Bernardo, Cristina Dias Ferreira, Cristina Cardoso, Isabel Oliveira, Natércia Serra, Sílvia Amaral, Sílvia Bernardo e Susana Santos. e duas monitoras das atividades de joalheria, ambas ourives-joalheiras empreendedoras – Ana Raquel Fonseca e Tânia Gil.

Algumas das joias expostas estiveram à venda, revertendo parte do valor das vendas a favor da Casa do Gaiato em Maputo, Moçambique.

## MILCORDAS

O grupo musical MilCordas participou durante o ano de 2014 apenas em quatro eventos, sendo três nas audições dos alunos da Escola de Música MilPautas, e o quarto em cerimónia particular, para que foi convidado, tendo neste último estado presente apenas parte dos elementos do grupo.

As várias alterações feitas no material de som têm permitido aumentar a qualidade dos eventos, realçando-se as gravações dos temas apresentados pelos alunos da escola.

Estamos a preparar novos temas no reportório, com a finalidade de podermos participar de uma forma mais abrangente em espetáculos que dignifiquem o nome do Clube.

## MILPAUTAS

A Escola de Musica Mil Pautas aumentou este ano letivo o número de alunos, e também as horas que cada um tem mensalmente.

Foi estabelecida a inclusão de Formação Musical, como disciplina “obrigatória”, ressalvando casos especiais, pelo que foi contratada uma nova professora dessa matéria, tendo sido notória a melhoria na qualidade da formação dos alunos.

Foram feitas as audições trimestrais nas instalações do clube, exceto a de Junho que teve lugar no Auditório da Universidade Lusófona. Em todas, as opiniões são unânimes na satisfação dos seus participantes.

Para se poder conciliar as aulas dos dois instrumentos, piano e guitarra, passámos a utilizar mais uma sala, ficando as 5ª feiras reservadas para a Formação Musical.

## MILRAÍZES

Janeiro  
Cantar as Janeiras  
Cela Velha  
Alcobaça

O Grupo Etnográfico MilRaízes, nos dias 18 e 19 de Janeiro, cantou as Janeiras em Cela Velha-Alcobaça. Esta tradição de cantar as Janeiras numa aldeia nunca tinha sido vivenciada pelo grupo, cuja experiência foi interessante e do agrado de todos os envolvidos. Tratou-se de um convite feito pelo Rancho Folclórico e Etnográfico Papoilas do Campo. Este fim de semana teve também a função de comemorar os 31 anos de existência do MilRaízes o que permitiu o convívio de todos os elementos.

Março  
Festa da Primavera  
Moscavide  
Lisboa

A convite da paróquia de Moscovide a nossa participação no dia 29 de Março foi solidária, integrados na Festa da Primavera, cuja finalidade era a de beneficiar famílias carenciadas. Foi uma atuação boa, agradável e de muita interação. As pessoas presentes manifestaram muito carinho e gostaram muito da nossa presença.

Junho  
Festival T.A.L.  
Cinema S. Jorge  
Lisboa

A Tuna Académica de Lisboa convidou o Grupo MilRaízes para o seu festival que teve lugar no Cinema São Jorge, em Lisboa no dia 14 de Junho. O tema do festival era Lisboa e o nosso contributo foram os Pregões da Cidade. Esta participação, para uma camada de público diferente, permitiu-nos perceber que este trabalho realizado por nós, e que trata de preservar a memória, tem todo interesse e faz bastante sentido. Fomos bastante aplaudidos e tivemos uma intervenção com bom desempenho.

Julho  
Pregões na Cidade  
Lisboa

A Agência Fadus contactou-nos, para nos dias 8, 9 e 10 de Julho, na cidade, recriar os pregões que noutros tempos se ouviam nas ruas de Lisboa. Esta ação foi dirigida a empresários turistas americanos.

No Largo da Misericórdia apregoou o Cauteleiro, no Chiado as Violeteiras, no Rossio o Amolador e no Largo do Chafariz de Dentro as Varinas. Por este desempenho ter sido na rua as pessoas foram ficando curiosas, bastante interessadas e agradadas com a surpresa de ver estas figuras na cidade e opinando que gostariam de as ver mais vezes.

É gratificante para os elementos do Grupo que desenvolvem este trabalho, sentir que a atividade em que colaboram e que divulgam com dignidade, tem uma raiz popular e que significa manter vivas as memórias.

Julho  
FIARTIL  
Estoril

Ano após ano vamos marcando presença na Feira do Artesanato do Estoril, a convite da Cascais Dinâmica, organizadora da animação da Fiartil. Mais uma vez ali estivemos no dia 24 de Julho. Esta nossa atuação tem uma vertente bastante popular, muito dinâmica, com muito público e sempre muito bem acolhida. No final dos espetáculos os elementos do grupo são

abordados pelos presentes com muitas perguntas relativas ao que acabaram de ver manifestando até surpresa por estarmos ligados a um Banco.

Setembro  
Pregões  
TV Correio da Manhã  
Lisboa

O Mil Raízes, no dia 15 de Setembro, esteve no canal TV cm com os pregões. Esta presença está relacionada com o evento Cidade das Tradições, iniciativa da Fundação INATEL.

Pregões e Oficina de Danças Tradicionais  
Campo de Jogos 1º De Maio  
Lisboa

A convite da Fundação INATEL, no dia 20 de Setembro, no evento Cidade das Tradições, o MilRaízes divulgou os pregões. Neste evento que é dedicado às tradições, o grupo apresentou-se pela primeira vez com a sua Oficina de Danças Tradicionais. Escolhemos, para passarmos o conhecimento e interagir com o público, as Danças Palacianas.

E, desta forma, de experiência em experiência, adaptando-nos às mudanças e aos tempos que hoje vivemos, o Grupo Mil Raízes vai mantendo um espírito aberto e vai estando atento aos novos formatos que hoje nos rodeiam.

#### VISITAS GUIADAS

Procurou-se dar continuidade ao que havia sido feito na época anterior e esperamos que os sócios considerem que esse objetivo foi alcançado.

Houve a preocupação de realizar as visitas sempre ao fim de semana, para dar a possibilidade aos sócios no ativo de poderem participar, mas nem sempre esse princípio se conseguiu porque alguns dos locais que fomos visitar, como é o exemplo da Fundação Champalimaud, só estão disponíveis de segunda a sexta-feira.

Nas duas dezenas de visitas que o Clube organizou só puderam ser aceites 595 inscrições, porque em todas havia um limite máximo de participantes.

Sabemos que muitos mais sócios gostariam de ter participado, mas como atrás ficou dito, por esse limite esgotar, geralmente em escassas horas, não foi possível, ao Clube, aceitar todos os que desejavam inscrever-se.

As visitas realizadas no ano de 2014, foram as seguintes:

Exposição " O Prado em Lisboa " Museu Nacional de Arte Antiga  
Museu de Macau  
Convento da Encarnação  
Convento de São Dinis  
Convento de Santo António dos Capuchos  
Exposição temporária e Núcleo Arqueológico da Rua dos Correeiros  
Palácio da Bemposta  
Exposição "A Bíblia e os Judeus Expulsos da Península" - Biblioteca Nacional  
Exposição "Da Memória ao Convento" – Biblioteca Nacional  
Teatro Nacional de São Carlos  
Palácio e Parque de Monserrate  
Convento de Santo Antão-o-Novo  
Exposição " Os Sabóias " Museu Nacional de Arte Antiga  
Chalet da Condessa D'Edla e Jardim dos Lagos  
Museu da Carris  
Fundação Champalimaud  
Cerca Moura - 1  
Cidade Romana de Ammaia  
Cerca Moura - 2  
Convento dos Paulistas

## OUTROS EVENTOS

### NORTE

#### CINEMA

- **Lego o Filme** - O Grupo Lego teve início na loja de Ole Kirk Christiansen, um carpinteiro nascido a 7 de abril de 1891, em Billund, Dinamarca. Em 1932 começou a construir brinquedos em madeira e em 1934 a sua companhia passou a chamar-se Lego. Em 1947 começou a produzir brinquedos em plástico e em 1949 criaram, a primeira versão dos "tijolos que se interligam". Anos mais tarde a Disney pegou nas figuras do nosso imaginário, umas mais antigas que outras, e colocou-as numa aventura cinematográfica. Porque a sessão foi feita no sábado de carnaval, foi colocado aos associados o desafio de virem vestidos com o rigor que o dia exigia, ao que alguns corresponderam.
- **Mr. Peabody e Sherman** - Mr. Peabody é um cão. Não um cão normal daqueles a quem se atira um pau e ele vai buscar a correr. Porquê? Responde o próprio. É um exercício absolutamente repetitivo e fútil e ele é mais inteligente que isso. Dedicou-se por isso a estudo de matérias complicadas, desenvolveu técnicas informáticas complicadas, mediou processos de paz e criou alternativas de consumo à "vulgar" gasolina. Em suma, doutorou-se com grau honoris cão. Finalmente, nos seus tempos livres inventou a Zumba. Mas faltava-lhe algo. Alguém. Uma pessoa para cuidar. Daí que num rápido processo de adoção fica com Sherman, um rapaz simpático, agradável ao trato mas cuja compreensão é algo lenta, razão pela qual a frase "Essa escapou-me" é muitas vezes ouvida durante o filme.
- **Marretas** - Procuram-se - Oh não! Eles outra vez? Foi com certeza a primeira pergunta em que pensaram ao ler este texto! Então para é que fizeram a sessão? Nós explicamos! A pergunta foi formulada pelos dois Marretas de propecta idade que estão no camarote do teatro e emitem os mais variadas e destrutivos comentários. Mas estão lá sempre. Mas recordemos ao ano de 2012, onde fizemos a primeira sessão. Se bem se lembram a luta era pela manutenção do Teatro que um magnata do petróleo queria deitar abaixo. Vencida a luta, finalizado o espetáculo com boas críticas o que fazer daí para a frente? Claro! Uma sequela! Melhor que o primeiro filme! Sim porque geralmente as sequelas "são sempre uma seca e esta não vai diferente"!
- **Aviões** - Equipa de Resgate - Se bem se lembram Dusty era em 2013, um pequeno avião de uma terra também pequena. Na altura o seu trabalho era pulverizar campos de milho. Trabalho agradável e seguro, sobretudo porque se voava baixinho, muito baixinho. Isto porque o nosso amigo tinha medo voar a grande altitude. Ultrapassado esse medo transformou-se num campeão absoluto, que todos querem ter na sua corrida. É famoso desde os sumptuosos Boeing 747 às simples avionetas ("as", fique bem claro). Num belo dia de sol e numa corrida, puxa demasiado pelo motor e quase que tem um acidente grave. Salva-se no entanto com um pequeno senão. As corridas têm de acabar já que o binário do seu motor não pode passar a zona vermelha. Há por isso que mudar de vida, voar com mais calma. Como? Transformando-se num avião de combate a incêndios.
- **Monstros das Caixas** - Ponte de Queijais é uma vila pacata e sossegada que vive da produção de queijo. Tem algumas particularidades. A primeira e a mais cobiçada pelo vilão da aldeia que nas horas vagas se entretém a fazer um número musical, é o famoso chapéu branco e alto que o Presidente da Camara tem. A segunda é o Presidente da Camara que quando vê a figura principal do famoso musical (sem sequer dar conta que é o vilão da aldeia) fica extasiado. A terceira, aparentemente mais tenebrosa, são os Monstros que habitam por baixo de Ponte de Queijais. Roubam tudo, diz-se, durante e noite. Saem pelas tampas de saneamento e mexem-se qual fantasmas que assombram a noite de uma vila que já se disse ser pacata. Talvez o filme surpresa do ano, feito com stop motion (técnica que fazem questão de mostrar numa ficha técnica final tão bem concebida quanto o filme) ainda que com a little help de animação em computador.
- **Big Hero 6** - Nanobots - Os culpados? Da Wikipédia "Nanorobótica é uma tecnologia que cria máquinas ou robôs à escala de um nanómetro (10<sup>-9</sup> metros). Mais especificamente, a nanorobótica é considerada uma área emergente da nanotecnologia, unindo a disciplina de desenho e construção de nanorobots, nanoeletrônica e biomateriais." Baralhados? Se sim então fazem a mesma figura que um simpático policia fez, ao receber Hiro Hamada um jovem de 14 anos que pretende fazer queixa numa esquadra de San Fransokyo. Dois problemas se

apresentam. Convencer o polícia que mentalmente domina os nanobots cuja amostra visível se faz representar por um espécimen único sozinho numa caixinha transparente e um robot (?) branco de aspeto simpático, cuja missão é manter saudável o seu dono. Talvez por isso, por ser de borracha (ao estilo boneco Michelin mas com menos rodinhas) está a perder ar, pelo que nada como fita-cola (da esquadra da Policia que até é de borla) para ... tapar alguns furos que a sua cobertura de plástico sofreu na defesa do bem estar do seu dono.

## TEATRO

Tendo em conta mais uma os preços praticados em grande parte dos espetáculos durante o ano de 2014, optou-se por continuar com o estabelecimento de protocolos com várias entidades. De destacar das já existentes há longa data, a parceria com o Teatro Nacional S. João e teatros adjacentes e com Coliseu do Porto. Estabeleceram-se ainda protocolos com benefícios para os sócios em peças de várias produtoras.

## DIA MUNDIAL DA CRIANÇA - Vamos ao cinema?

Com certeza que esta foi uma das perguntas que muitos associados de todo o País colocaram às suas famílias tendo em conta o desafio que lançamos. Fórmula simples de por em prática. A apresentação do cartão sócio principal dava direito a um máximo de 4 bilhetes. Aplicada a fórmula há que entrar nos cinemas e percorrer um dos eventuais corredores que nos levam às salas, cheios de sugestões de cinema uns melhores outros piores na opinião do crítico que há em todos nós e apreciar com pipocas e um refrigerante (sim que cinema sem esses dois “parceiros” não é cinema) o filme escolhido neste dia 31 de Maio, em que a nível nacional e com a parceria da NOS Cinemas festejámos o Dia Mundial da Criança.

## FESTIVAIS

Marés Vivas – Havendo ao longo do ano vários festivais em vários sítios mantém-se o protocolo com a produtora do Marés Vivas. Noventa associados aproveitaram o desconto para um Festival que movimentou ao longo de três dias muitos fãs da música.

MILL MOCHILAS - O projeto, lançado em Maio de 2014, tinha como objetivo apoiar crianças desfavorecidas em idade escolar de todo o País. Apelámos também na altura, ao sentimento de solidariedade de todos, por forma a abranger pelo menos uma instituição de apoio à criança em cada Distrito.

Mas o que foi o projeto Mill Mochilas? Analisando a última palavra, rapidamente se chega à conclusão de que uma mochila para oferta se trata que como já se referiu, para ser entregue a instituições de solidariedade. Mas não apenas a mochila. Havia que a rechear. De objetos que fizessem falta a quem estuda, do estojo aos lápis e esferográficas. Como esta gente mais jovem se engana algumas vezes, uma borracha, régua para manter a linha traçada nos estudos, lápis para colorir desenhos e quem sabe nos dias mais complicados, compasso para saber contornar as dificuldades, tesoura para cortar algum papel que fosse preciso e caso não fosse essa a intenção cola para repor a situação. Mas nada cumpriria o seu propósito sem cadernos, pautados para que a letra fique sempre certinha e quadriculados para as contas a que matemática e não só a isso os obriga.

Apresentado o projeto no Portal, contámos até Julho com a adesão de meio milhar de associados que entre aquisição para os próprios mas com oferta generosa de mais uma ou duas ou três para solidariedade, fizeram com que 945 mochilas chegassem a Instituições e a crianças carentes.

## NATAL 2014

Uma casa cheia de jovens bem dispostos e com idades dos zero aos cem anos, é à partida um bom sinal para que uma Noite de Natal Antecipada tenha lugar, seja ela em que local for. Lisboa, Porto e Madeira acolheram assim um dos eventos mais esperados e que movimenta quem sabe o maior número de sócios.

No entanto e porque de uma solidária se trata, conseguimos todos, angariar o valor de 11.000 euros, entregue no dia 14 de Dezembro, no Coliseu do dos Recreios, ao Centro Aboim Ascensão, na pessoa da Dra. Carla Pargana.

Muito se poderia dizer sobre o programa que cada uma das Noites de Natal Antecipadas, proporcionou aos associados. Manda a tradição que nesta altura o Circo esteja presente, quem sem palhaços no fim não é festa assim como é essencial dizer sempre “Até pro ano”! É um

desejo sempre presente, manifestado à medida que o tempo teima em passar. Que o façamos ano após ano com este espírito.

## SUL

### ESPETÁCULOS E TEATRO:

Mediante a celebração de acordos e protocolos, o Clube proporcionou condições especiais de acesso a um significativo número de espetáculos, promovidos por companhias diversificadas e que foram destinadas também a todos os públicos:

## DESPORTO

### OS NOSSOS CAMPEÕES

No campo desportivo, o Clube Millennium bcp e os seus Atletas conseguiram vários palmarés de campeões, a saber:

Lista dos Campeões 2014:

#### - ATLETISMO

. Abílio Sousa, no escalão M/60, alcançou o 1.º lugar nas seguintes provas: 10 Km de Avintes, 11.ª Corrida Dia do Pai, Corrida de São João, Meia Maratona do Porto Sport Zone e 26.ª Meia Maratona "Cidade de Ovar".

. António Valente, no escalão M/75, bateu o recorde nacional na modalidade de lançamento do peso nos Campeonatos Nacionais de Pista Coberta em Pombal; alcançou, também, o recorde nacional no lançamento do disco no Campeonato Nacional de Pista ao Ar Livre em Pombal.

. Fernando Ferreira, no escalão M/65, foi 1.º classificado no lançamento do dardo no Campeonato Nacional de Pista ao Ar Livre para Veteranos em Pombal.

#### - CICLISMO

. Manuel Rodrigues, no escalão Masters 40, alcançou a vitória na prova por pontos no Critério Alves Barbosa no Velódromo Nacional em Sangalhos.

. Rita Vaz, no escalão Cadetes Femininas, venceu a prova no Troféu de Sintra em BTT.

#### - FUTEBOL 8

. Equipa de Futebol de 8 sagrou-se campeã da Liga Allstars em Lisboa.

#### - FUTSAL

. Craques da Bola sagraram-se campeões do II Torneio 24H Sporting Barquinense, na Praia do Ribatejo em Vila Nova da Barquinha.

. FAPOC Vet venceu as IV Olimpíadas do SBSI.

. FAPOC é Campeã Nacional de Futsal.

## - GOLFE

. Clube Millennium bcp venceu o terceiro e último torneio do 6.º Circuito de Clubes Empresas no Belas Clube de Campo.

. Clube Millennium bcp conquistou a Taça do 1.º lugar net no 2.º Torneio Interbancário 2014 em Ribagolfe II.

. António Domingues Francisco sagrou-se campeão do Torneio da Ordem de Mérito de 2014 do Clube Millennium bcp.

## - JUDO

. José Maria Azevedo, em cadetes, saiu vitorioso do 1.º Torneio de Judo da Lourinhã.

. Guilherme Lopes, em benjamins, foi 1.º lugar no Distrital de Judo realizado no Pavilhão do Alto do Moinho em Corroios, e entrou para a história do Clube com a brilhante conquista do 1.º lugar e 1.º título distrital nas instalações do Inatel em Lisboa.

## - KARTING

. Pedro Figueiredo é o campeão do 13.º Campeonato Nacional de Karting do Clube Millennium bcp.

. Equipas 2 e 1 do Clube Millennium bcp ocuparam os dois lugares mais altos do pódio na 2.ª prova do Troféu Honda Euroindy na Batalha.

## - NATAÇÃO

. João Silva conquistou os seguintes troféus: venceu a prova de 200 metros bruços do escalão 50-54 anos no Torneio de Fundo da Fundação Inatel em Lisboa; venceu a prova de 50 metros bruços no Torneio 1.º de Maio da Fundação Inatel em Lisboa; venceu as provas de 100 e 800 metros livres e ainda os 100 metros bruços, sagrando-se campeão nacional dessas distâncias no Campeonato Nacional da Fundação Inatel em Lisboa; sagrou-se campeão do 22.º Circuito de Mar do Algarve 2014.

. Filipe Horta venceu a prova de 50 metros livres no Torneio 1.º de Maio da Fundação Inatel em Lisboa; venceu o seu escalão (45-54 anos) na prova Swim Challenge Milha Cascais 2014.

## - ORIENTAÇÃO

. Filipe Silva, no escalão H50, venceu a prova de distância longa no XIV Ori-BTT do N.A.D.A.

. Fernando Barroso venceu o Open Curto no VII Ori-BTT Rota da Bairrada.

## - PADEL

. Dupla Rui Magalhães / Rui Prata venceu o 1.º Torneio de Padel do Clube Millennium bcp.

. Dupla António Fernandes / Paulo Santos saiu vencedora do 1.º Torneio de Padel de Equipas Mistas do Clube Millennium bcp.

## - PESCA MAR

. Augusto Vieira venceu a 1.ª prova de Mar dos Encontros Interbancários do SBN em Angeiras.

. José Araújo foi 1.º lugar na 1.ª prova de Surfcasting do SBN na Aguçadoura.

. Hélder Monteiro ganhou a 2.ª prova de Mar dos Encontros Interbancários do SBN em Vila Chã.

. Fernando Ribeiro sagrou-se vencedor do sector A na Final do Surfcasting 2014 em Vieira de Leiria.

. Equipa do Clube Millennium bcp e o pescador António João Marques, a título individual, foram 1.º classificados no 4.º Concurso de Pesca do Clube Recreativo Amieirinhense da Marinha Grande.

#### - PESCA RIO

. Francisco Garcia conquistou o 1.º lugar no Convívio de Pesca das Secções Regionais de Tomar do SBSI.

#### - POOL

. Vasco Almeida sagrou-se Campeão de Pool (Delegação Norte).

. Pedro Correia tornou-se Campeão do Torneio de Pool Bola 8 do Snooker Club em Lisboa.

#### - TÊNIS DE CAMPO

. Rui Magalhães venceu o 2.º Torneio Escada 2013/2014 no Clube Ténis Nova Morada em Paço de Arcos.

. Diogo Palma (seniores), José Frazão (vet +60) e Abílio do Rosário (vet +65) foram 1.º classificados na Final Nacional do XXXI Torneio Interbancário de Ténis em Coimbra.

. João Pires (Escalão Jovens), Rodrigo Ramos (Escalão Seniores Masculinos), Rui Magalhães (Escalão Veteranos Masculinos), a dupla Rui Prata/Rui Magalhães (Escalão Pares) e Rui Prata (Escalão Consolação) sagraram-se vencedores do 11.º Torneio de Ténis de Campo do Clube Millennium bcp.

. João Morais, no escalão +55, venceu em singulares o Torneio Veteranos Centro Ténis de Belas e o Open CETO de Veteranos em Oeiras.

. João Sales Luís venceu o Torneio Outono do Clube Millennium bcp no Clube Ténis de Alfragide (Ace Team).

. José Matos, no escalão +55, venceu o Torneio Clube de Ténis de Torres Vedras.

. João Morais, no escalão +55, venceu o Torneio Nova Morada em Oeiras.

. Gonçalo Ferreira (Jovens 10/13), Rodrigo Ramos (Jovens 17/18), Diogo Palma (Seniores), Rui Magalhães (Veteranos), José Frazão (Veteranos +60), Diogo Palma / Campos Palma (Pares) e Alexandre Rodrigues (Consolação), sagraram-se vencedores no seu escalão na Final Sul e Ilhas do XXXII Torneio de Ténis do SBSI.

#### TÊNIS DE MESA

. Carlos Leitão venceu o Torneio de Alcains e foi o grande vencedor do Ranking List Nacional 2013/14 no Pavilhão 1.º de Maio do Inatel em Lisboa.

. Carlos e António Leitão venceram o Torneio de Pares na cidade do Porto.

#### TIRO AOS PRATOS

. Salvador Ribeirinha foi 1.º classificado na prova convívio da secção de tiro aos pratos do Clube Millennium bcp realizada no campo de tiro da Escola de Tiro de S. Isidro de Pegões.

. Elisa Mealha, em senhoras, alcançou o 1.º lugar na Final Sul e Ilhas do CIT no campo de tiro Vale das Pedras na Ota.

## TIRO DE PRECISÃO

. Equipa do Clube Millennium bcp obteve o 1.º lugar na disciplina carabina de cano articulado na Taça FPT de Clubes em Ar Comprimido e conquistou o 1.º lugar na 1.ª prova do Troféu FPT Carabina Standard Pequeno Calibre.

. Luís Silva, na disciplina Pistola Homens Seniores, alcançou o 1.º lugar na 3.ª prova do Troféu FPT Arma Curta de Recreio.

. Manuel Bedino conquistou o 1.º lugar na Taça Dr. António Martins em Carabina Deitado.

. Élia Capitão conquistou o 1.º lugar na classe Heavy Varmint Senhoras na 4.ª prova do Campeonato Nacional de Benchrest 50.

. Equipa do Clube Millennium bcp e Manuel Serra, 1.ºs lugares em Carabina Homens Seniores, e Ferreira de Melo, 1.º lugar em Carabina Homens Veteranos, foram os vencedores da 2.ª prova do Troféu FPT Carabina Standard Pequeno Calibre.

. Élia Capitão foi 1.º lugar em International Sporter (Senhoras), Heavy Varmint (Senhoras) e International Sporter (Senhoras) na 5.ª prova do Campeonato Nacional de Benchrest 50.

. Clube Millennium bcp conquistou título de Clube Campeão da Região Centro de Tiro com Ar Comprimido.

. Ferreira de Melo foi 1.º classificado em Carabina Homens Veteranos na 3.ª prova do Troféu FPT Carabina Standard Pequeno Calibre.

. Élia Capitão vitoriosa em Carabina Ar Comprimido S Júniores na Taça Cidade de Almada.

. Élia Capitão foi 1.º lugar em Carabina Ar Comprimido Senhoras Júniores B no Campeonato Nacional de Ar Comprimido.

## MODALIDADES

### ANDEBOL

#### NORTE

Atividade desenvolvida, em 2014:

- Treinos Semanais ao longo do ano, no Pavilhão BPSM, aos Sábados de manhã (20 Sócios).
- Realização de jogos treino de Andebol ao longo do ano (ex. Porto Vintage, Aguas Santas, S. Bernardo, Quimigal)
- Parceria como Águas Santas, para treinos durante a semana e possibilidade de participação competitiva no Clube.
- Participação no Torneio 24 Horas de andebol na Cidade da Maia.
- Participação no I Torneio Internacional de Masters na cidade da Maia no mês de junho.
- Participação no I Torneio Masters de Andebol em Aguas Santas no mês de outubro.

## ATLETISMO

### NORTE

O Clube Millennium bcp, através da sua secção de atletismo Norte, contou no ano de 2014, com a presença de 385 participantes em 26 provas de estrada e campeonatos de pista.

Nas provas de estrada, os nossos atletas participaram em 18 provas com excelentes resultados, tendo obtido alguns primeiros lugares nos respetivos escalões.

Destacamos também o empenho de alguns atletas, que representaram o Clube em provas nacionais e internacionais, tendo suportado para o efeito, todos os encargos de inscrição e deslocação.

Nas caminhadas, tivemos também a presença de 220 participantes.

Os campeonatos Nacionais de pista coberta e ao ar livre realizaram-se no Centro de Exposições em Pombal. O Clube esteve presente, tendo obtido 4 títulos Nacionais, 3 segundos lugares e 3 recordes Nacionais nos respetivos escalões.

### SUL

No ano de 2014 o balanço da secção de atletismo continua a ser de progresso da modalidade. Como constatação deste ano positivo salienta-se, uma maior aderência de novos sócios á corrida, de mais provas participadas, do aumento da quantidade de inscrições nas provas, de mais prémios obtidos e até de melhores tempos realizados por alguns dos nossos atletas.

Atingimos um máximo de 212 sócios participantes na S. Silvestre de Lisboa, o que nos permitiu ser a maior equipa em prova.

Outras provas em que fomos de longe a maior equipa em competição foram, o G.P. Arrábida (com destaque e agradecimento do facto pela organização no momento da partida) e as meias maratonas da ponte 25 Abril e Vasco da Gama, entre muitas mais provas.

Destaque para a corrida Luzia Dias, em que a homenageada fez questão de pessoalmente, vir junto dos atletas da equipa do Clube Millennium bcp (uma das maiores em prova), agradecer a presença e participação.

O Clube através da sua equipa de atletismo marcou presença em 50 provas.

O total de sócios participantes nas diversas provas ao longo do ano foi de 2973 presenças.

De destacar ainda as diversas honrosas classificações por equipas, com destaque para o G.P. Arrábida e Corrida de Sesimbra.

A nível individual, as excelentes classificações obtidas quer pelo Pedro Martins quer do Arlindo de Deus."

O Clube disponibilizou aos atletas novas camisolas (Homem e Senhora- verão e inverno) o que constitui uma grande mais-valia e um fator distintivo do Clube e do Banco nas inúmeras provas em que participamos.

## AVENTURA

A época de 2014 de Corridas de Aventura pautou-se por uma resiliência notável, no sentido de manter viva uma modalidade multidisciplinar apaixonante, mas extremamente exigente!

Exigência física, de meios e de disponibilidade!

Foi uma época marcada por um conjunto de presenças assíduas de algumas equipas, de onde destacamos o Clube Millennium bcp. Participámos em todas as provas da Taça de Portugal e no campeonato ibérico.

A saber:

Cabo Espichel

Estiveram presentes 3 equipas numa prova que percorreu toda a zona do Cabo Espichel até à lagoa de Albufeira e herdade da Apostiça. Um encadeamento de etapas interessante e com

diversas atividades que permitiu o contacto com recantos encantadores e disfrutar de amplas paisagens.

#### Idanha-a-Nova

Mais uma prova, esta à “moda antiga” com 2 dias, numa zona com enorme potencial! Em terra e na água – barragem Marechal Carmona – desenrolaram-se bonitas etapas numa paisagem campestre onde a capacidade física foi posta à prova. Estiveram presentes 2 equipas.

#### Mafra

Decorreu predominantemente nas tapadas Civil e Militar anexas ao Convento de Mafra com incursões até à costa, nomeadamente Ericeira, Ribeira de Ilhas e Foz do Lizandro. Terminou com um jantar na messe de Oficiais desta unidade Militar. Participaram 3 equipas.

#### Pontevedra

Mais uma internacionalização representada pelo nosso Clube. De entre as poucas equipas nacionais que se deslocaram ao país vizinho, foi um desafio adicional estar ao lado de equipas habituadas a um ambiente mais competitivo, onde se deslocaram 2 equipas.

#### Sardoal

Para terminar com chave de ouro mais uma época de Corridas de Aventura! Nas charnecas do Sardoal, por entre campos outrora cultivados, entre o Tejo e a barragem do Castelo de Bode, um desafio muito positivo, onde a navegação encaixou e permitiu discutir os lugares do pódio, de modo a deixar logo ali saudades para a época de 2015! Estiveram presentes 3 equipas.

Apelamos a todos os amantes dos desporto Aventura e do contacto com a natureza em particular, que saiam da sua zona de conforto e venham experimentar todo um conjunto de atividades aliadas à orientação, onde não é preciso ser super-mulher ou super-homem para disfrutar de fortes emoções! Só há um “problema”... podem ficar a gostar!

## BASQUETEBOL

### SUL

Em 2014, estivemos inscritos no Campeonato do Inatel, tendo realizado cerca de 25 jogos e somado algumas vitórias. Nesta época verificámos uma forte adesão por parte dos sócios ao nosso projeto, esperando-se melhorar conseqüentemente a prestação.

Entre todos os elementos da equipa, impera o companheirismo e a vontade de fazer mais e melhor, dignificando sempre o nome do Clube, dando sempre tudo em campo até ao último segundo de jogo.

## CAMINHADAS

### SUL

Na época de 2014 realizaram-se 22 caminhadas para as quais foram aceites 1.306 inscrições. Apesar deste número não foi possível aceitar todos quantos desejavam participar pois parte destas foram realizadas fora da região de Lisboa tendo por isso sido necessário os participantes deslocarem-se de autocarro sendo, nestes casos, as inscrições limitadas à lotação do mesmo.

Voltámos a realizar algumas noturnas às quais os sócios aderiram, mais uma vez, em número elevado.

De realçar o interesse que tiveram pela Rota do Contrabando, naturalmente feita entre Portugal e Espanha, na região de Nisa, e que apesar de termos de sair de Lisboa madrugada muito cedo se mais lugares houvesse mais sócios teriam participado.

Fizemos novamente uma caminhada em conjunto com o núcleo de Leiria, fruto do empenho do Alexandre. Como na do ano anterior foi um ótimo momento de convívio entre os sócios idos de Lisboa e de Leiria.

Esperamos que o Alexandre nos brinde com outro encontro em 2015.

Quanto ao balanço de final de época podemos afirmar que as caminhadas foram, para além do desporto em si, também um grande e agradável meio de encontro e de convívio entre os sócios.

As caminhadas que realizámos foram as seguintes:

Concelho	Local
Lisboa	Restauradores / Madragoa / Restauradores
Lisboa	Belém /Ajuda / Belém
Vila Franca de Xira	Passeio ribeirinho do Tejo - Póvoa / Alverca Póvoa
Lisboa	Expo / Sacavém / Expo
Cascais	São João do Estoril / Guincho/ São João do Estoril
Nisa	Rota do Contrabando - Montalvão / Cedillo
Seixal	Amora / Seixal / Amora
Vila de Rei	Caminho de Xisto de Água Formosa
Viseu	Eco Pista do Dão - Viseu/Tondela
Santa Comba Dão	Eco Pista do Dão - Tondela / Santa Comba Dão
Vila de Rei	Trilho das Cascatas
Grândola	Tróia - vestígios da presença romana nas margens do Sado
Crato	Aldeia da Mata
Lisboa	Bairros de Lisboa - (nocturna ) - Em dia de Santo António
Lisboa	Terreiro do Paço / Algés - (noturna)
Sintra	Sintra / Pena / Sintra - (noturna)
Palmela	Palmela / Quinta do Anjo / Palmela
Porto de Mós	São Bento - Rota do Milho
Loures	Bucelas - Rota do Arinto
Castelo de Vide	Castelo de Vide - Rota da Senhora da Penha
Loures	Sacavém - A bacia do Trancão
Lisboa	Miradouros de Lisboa

## CANOAGEM

### NORTE

A secção de canoagem do Norte do Clube MBCP, no ano de 2014, através dos seus associados, participou nas seguintes atividades:

- Rafting no rio Paiva – no dia 06/04,através do protocolo com o Ginásio Clube de Alpendorada, os associados do Clube efetuaram uma descida nos rápidos do rio Paiva, entre Arouca e Castelo de Paiva.

- Descida das Vindimas 21/09/2014 – Descida das Vindimas, em 21 de SETEMBRO de 2014, o Clube MBCP participou na Descida do rio Douro em canoa e em barcos dragão, entre a barragem de Carrapatelo e a praia de Bitetos, o qual contou com o seguinte programa:

- concentração dia 21 pelas 9H00 em Bitetos
- 9 h30 saída para barragem de Carrapatelo
- 10H00 início da descida, com passagem pela eclusa da barragem de Carrapatelo
- 11H00 paragem na praia de Sande, com lanche ambulante
- chegada a Bitetos às 14H com almoço – churrasco e bebidas

### SUL

A época de 2014 fica referenciada por uma forte adesão dos associados do Clube à prática das modalidades de Canoagem e Stand Up Paddle.

Marina de Oeiras , Amora e Pista de Canoagem do Jamor serviram de palco à prática regular (diária) da canoagem.

A secção participou em várias concentrações, iniciativas e participações em regatas competitivas.

Para os mais novos uma equipa de cerca de 20 Millennitos apuram regularmente o seu treino, no complexo desportivo do Jamor e na baía do Seixal.

A secção conta com a regularidade de cerca de 80 associados divididos nas vertentes de lazer, competição e iniciação.

Como referência para 2014:

- Vice Campeões Nacionais (veteranos) em MAR
- 4º lugar na Taça de Portugal de Mar
- Campeões de Mar Regionais (escalão veteranos)

## CICLISMO

Num ano marcado por inúmeras mudanças no Banco, que acabaram por ter implicação nas atividades do clube, a secção de ciclismo implicar registou de novo um ano com muita atividade, com inúmeras participações em eventos ligados às 2 rodas, em praticamente todas as vertentes e por todo o território nacional.

Através da secção de ciclismo o clube marcou presença em maratonas e passeios de BTT, em várias competições sob a égide da Federação Portuguesa de Ciclismo, nas vertentes de BTT XCO, Maratonas de BTT e provas de ciclismo de pista. Este ano, embora tenha continuado a tendência de descida quanto ao número de participações, verificou-se uma subida no número de participantes envolvidos e de eventos onde estivemos representados.

Este ano ficou marcado pela estreia, em competição, do associado Miguel Talhão Marques, que representou o clube a nível oficial em 20 provas de BTT, tendo obtido em quase todas elas, resultados sempre bastante positivos.

O clube marcou novamente presença com 3 atletas na subida à Glória, evento que voltou a ser considerado, a competição velocipédica com maior mediatismo realizado em 2014.

Na 4ª edição do troféu de Sintra em BTT, conseguimos alcançar, na classificação final, mais um lugar no pódio, através da atleta Rita Vaz, que alcançou a vitória na prova de Alvarinhos.

Marcámos presença com a equipa de pista em vários troféus e critérios realizados no velódromo nacional e também no Campeonato Nacional, cujas provas se disputaram no velódromo nacional em Sangalhos, onde alcançámos vários lugares no pódio, com destaque para a vitória de Manuel Rodrigues, na prova de critério no Troféu Internacional Alves Barbosa.

## CLÁSSICOS

A época de 2014 foi um ano difícil para os atletas da Secção de Clássicos do Clube Millennium bcp, no que toca à angariação de apoios para os seus programas/épocas desportivas. O Desporto Automóvel é de facto uma modalidade com custos elevados, e os apoios obtidos pelos Pilotos que vestem as cores do Clube foram escassos e insuficientes para lhes garantir as melhores condições competitivas. Ainda assim, a secção obteve resultados dignos de relevo nas diferentes Provas e categorias em que esteve presente:

Domingos Sousa Coutinho

O habitual representante do Clube Millennium bcp Clássicos com mais de 1.300 c.c., participou apenas em algumas provas do Campeonato Nacional de Clássicos Circuitos e em algumas Provas Extra Campeonato, obtendo assim as classificações abaixo

- 3º Lugar no Campeonato Nacional de Clássicos Circuitos – Históricos 71.
- Circuito de PAU - França – 3º lugar Históricos 71
- Circuito de JARAMA - Espanha – 7º lugar Históricos 71/corrída 1 e vitória nos Históricos 71/corrída 2.
- ALGARVE CLASSIC FESTIVAL – 2º lugar nos Históricos 71/corrída 1 e 3º lugar Históricos 71/corrída 2.
- 250 KM ESTORIL – 7º lugar na categoria Históricos 71

Rui Pires Martins

Piloto que representa o Clube Millennium bcp há vários anos nos principais Rallys de Regularidade, estreou-se este ano numa nova categoria, o Campeonato de Rallys Inter Municípios. Em ambas categorias alcançou classificações meritórias, mesmo se estivessemos perante uma Estreia nos Rallys de Competição:

- Rampa Bussaco – 8º lugar na Classe II
- Rali de Santo Tirso - 7º lugar na Classe II
- Rali Sprint de Mesão Frio - 5º lugar na Classe II
- Rali Sprint de Guimarães - 8º lugar na Classe II

João Pedro Peixoto

Como habitualmente, o representante do Clube Millennium bcp na classe até 1.300 dos Clássicos esteve presente nas mais importantes Provas da Categoria, tendo este ano sido afetado por algumas avarias mecânicas que o impediram de obter uma melhor Classificação na época 2014. Ainda assim, as classificações foram bastante positivas:

- 4º Lugar no Campeonato Nacional de Clássicos Circuitos até 1.300 – Históricos 71
- Rampa da Falperra – Vitória Categoria Clássicos até 1.300 c.c.

Veloso Amaral

O piloto mais antigo do Clube Millennium bcp esteve afastado das principais competições em 2014 por falta de verba, mas representou o Clube na Prova de Fecho dos Campeonatos de Clássicos em Portugal - 250 Kms do Estoril, considerada a “Festa dos Clássicos”, onde obteve mais uma boa classificação.

- 250 Kms do Estoril - Vitória Categoria até 1.000 c.c.

Conclusão:

O Clube Millennium bcp esteve representado nas Principais Provas de Clássicos em Portugal, e em diferentes categorias, tendo todos os seus sócios alcançado classificações muito dignificantes para o Clube.

Todos eles são amplamente reconhecidos no meio, transportam a imagem do Clube com seriedade e orgulho e confirmam serem merecedores da confiança e apoio que o Clube lhes tem prestado.

DANÇA

NORTE

- Danças Latinas:

A modalidade de Dança do Clube Millennium bcp – Delegação Norte mantém um grupo muito coeso e é constituído por uma diversidade de praticantes, em género e idade, a cargo do professor Pedro Sousa. De salientar algumas atividades extra-aulas ao longo de 2014.

- Danças Salão:

A Dança de Salão, genericamente falando, poder-se-ia dizer que é qualquer género de dança que seja executada em par. Contudo, hoje, fruto da sua evolução ao longo dos tempos e com o aparecimento da dança desportiva ou de competição, ela é dividida em duas grandes categorias ou estilos de dança, as clássicas e as latinas. Cada uma destas categorias é constituída por 5 danças diferentes. Na categoria das clássicas, temos a Valsa Inglesa, o Tango, a Valsa Vienense, o Slow Fox e o Quickstep. Na categoria das latinas, temos o Samba, o Cha-Cha-Cha, a Rumba, o Paso Doble e o Jive.

No Clube Millennium bcp, a modalidade de Danças de Salão aborda as 10 Danças e embora esteja direcionada para a dança social, dotando o aluno dos conhecimentos básicos para poder dançar ao som de diferentes ritmos numa pista de dança, é complementada com técnicas de competição.

A dança de salão é sinónimo de alegria, desporto e arte.

A turma de Danças de salão tem evoluído bastante com a ajuda do seccionista André Barbosa e com o professor Vadim.

- Zumba:

A modalidade de Zumba do Clube Millennium bcp – Delegação Norte mantém uma turma com a professora Maria João Bastos.

É uma modalidade de fitness em que são usados ritmos latinos e internacionais para fazer as coreografias. O Zumba Fitness integra alguns princípios básicos de aeróbica, intervalados e de resistência. É um bom treino para maximizar o gasto calórico, e aumentar o tónus muscular. Uma forma incrivelmente divertida e saudável de melhorar a capacidade cardiovascular e ficar em forma.

## FUTEBOL DE 8

Na primeira época do ano de 2014, o campeonato começou da melhor forma, com o CMBCP a vencer os três primeiros jogos de uma forma clara e incontestável, ocupando o primeiro lugar. A segunda volta do campeonato começou com um empate a zero entre ATP United e CMBCP. Na fase final da temporada, o CMBCP chegava à altura decisiva da época, com as suas ambições totalmente intactas em duas de três competições: Liga e Taça. E apenas dependia de si própria para vencer ambas. Ao entrar na última jornada tudo estava em aberto! Nesse jogo, a equipa entraria em campo sabendo que o empate era suficiente, pelos critérios de desempate estabelecidos nos regulamentos. Com uma grande assistência, de familiares e amigos de ambas as equipas (com o CMBCP a dar uma goleada neste particular), estava tudo a postos para o início dos 50 minutos que, de uma maneira ou outra, resolveria o campeonato. Entrou mais dominadora a equipa dos Azerbeijolas, conseguindo circular a bola no início do meio campo contrário, mas sem grandes frutos ofensivos. Após os momentos iniciais, o CMBCP começou a conseguir trocar a bola por mais tempo e lançar os já famosos contra-ataques rapidíssimos. Após algumas oportunidades de ambos os lados, mas nunca flagrantes, o CMBCP chegou ao golo, através de canto. Bernardo Castelbranco aproveitou o canto de Pedro Morais David ao segundo poste, e empurrou para a baliza! Até ao intervalo, interessava não consentir nenhum golo, e tal foi conseguido.

No começo da segunda parte, os Azerbeijolas vieram com tudo, sabendo que necessitavam de dois golos para conseguir o tetra-campeonato. A meio da segunda parte, canto para os Azerbeijolas, que com um cabeceamento letal, empataram o jogo. O BCP conseguiu reequilibrar a partida e sair várias vezes, com a bola controlada, para o ataque. O cronómetro ia acabar, mas a equipa adversária beneficiava de um canto. Acreditando, colocaram vários homens na área, não conseguindo, no entanto, ganhar a primeira bola, e enviando a segunda para as mãos de Esquível, guarda-redes bancário. Quando este repôs a bola em campo, o árbitro apitou! O Clube Millennium bcp sagrava-se campeão!

Depois de uma brevíssima palestra, repleta de emoção, Nuno Dias Rosas foi atirado ao ar pelos seus jogadores, e a alegria foi festejada com todos os apoiantes que marcaram presença! Foram necessárias cinco temporadas para alcançar o sonho! Dois dias depois jogava-se a final da Taça contra os ATP! E os campeões tinham um estatuto a defender.

Vitória por 2-0 resultado de um excelente jogo de equipa. Pela segunda vez, o CMBCP levantava a Taça Allstars, com um percurso imaculado: 8 jogos, 7 vitórias, 1 empate, 21 golos marcados e 6 sofridos. Estava feita a dobradinha, apenas dois dias depois da vitória no campeonato. Tal feito, juntar na mesma época Liga e Taça, tinha sido apenas realizado duas vezes na história da competição. Mais uma vez, a equipa de futebol de 8 do CMBCP a bater recordes!

Como costume, em Setembro começaria uma nova época na Divisão Allstars e, deste feita, o CMBCP tinha dois títulos para defender.

O regresso do Verão não foi como esperado, já que a equipa ressentiu-se da paragem e demorou algumas semanas a atingir a melhor forma. Assim, o começo do campeonato foi algo atribulado, com empates e uma derrota, a contar para a Liga e a Taça.

No campeonato, a melhor fase do CMBCP foi já a meio da prova, altura em que a equipa conseguiu uma série de vitórias consecutivas, estando sistematicamente nos lugares cimeiros

e a depender de si para renovar o principal troféu. Mas, na altura decisiva e em jogos contra os principais rivais, a equipa não conseguiu ser consistente e acabou por se distanciar ligeiramente dos primeiros classificados. Assim, a duas jornadas do final, já não era matematicamente possível ganhar o campeonato.

A meia-final da Taça foi disputada contra os grandes rivais do CMBCP na Divisão Allstars, os Azerbaijolas, que entretanto se haviam sagrado vencedores da Liga. No “jogo do ano” para a nossa equipa, fomos muito superiores. Desde o início até final, a equipa teve sempre o controlo do jogo, as melhores oportunidades e uma enorme consistência defensiva. No início da segunda parte o CMBCP inaugurou o marcador. O resultado era justo mas curto, e várias vezes podia ter sido dilatado, mas os jogadores do CMBCP não conseguiram marcar o segundo golo. O jogo encaminhava-se para o fim, o árbitro até tinha comunicado que dentro de um minuto terminaria o jogo, quando o lance capital da partida aconteceu: ataque rapidíssimo do CMBCP e um dos avançados a falhar na cara do guarda-redes. No contra-ataque, o avançado dos Azerbaijolas foi travado em falta, originando o livre que daria o (injusto) empate. O livre foi cobrado e, quando todos pensavam que Esquível seguraria a bola em problemas, acontece um raspão na barreira que atraiçoa o guarda-redes, não conseguindo evitar o 1-1. Seguiram-se os penalties, onde os Azerbaijolas foram mais fortes e seguiram para a final. Foi uma época atípica para a equipa de futebol de 8 do CMBCP mas que servirá, certamente, como um processo de aprendizagem para fazer a equipa voltar aos títulos, já no próximo campeonato.

## FUTSAL

### NACIONAL

O ano de 2014, teve no seu todo, imensa atividade no Futsal do Clube, com a participação de vários torneios de Norte a Sul e que são repostados nas respetivas secções Norte e Sul do Clube.

No que diz respeito a provas a nível nacional, destacamos as 3 abaixo.

Em 26.01.2014, na cidade de Torres Novas, realizou-se a final da II Taça Nacional de Futsal do Clube MBCP, evento que tinha começado em Setembro de 2013, sendo a grande vencedora da Taça a equipa AGEAS (Lisboa), que levou vencida a equipa da MG Foot ( Marinha Grande) por 4-2.

Em Fevereiro teve início o VIII Campeonato Nacional de Futsal do Clube MBCP, com a participação de 24 equipas, 8 equipas da Delegação Norte (Porto, Aveiro, Braga e Coimbra), e 16 equipas de Delegação Sul, 7 da zona da Grande Lisboa, 5 do Centro e Sul (Marinha Grande, Entroncamento, Évora, Beja e Faro), 3 em representação da Regiões Autónomas dos Açores (S. Miguel, Terceira e Faial) e 1 em representação do Arquipélago da Madeira.

A Fase Final foi realizada, no final de Maio em Nelas. O evento englobou ainda a realização de um jogo convívio, entre as delegações Norte e Sul do Clube.

O título de Campeão Nacional sorriu à equipa Lisboeta “FAPOC”, que venceu a sua congénere de “Coimbra”, num excelente jogo de futsal, vitória por 5-4, após prolongamento.

Na disputa do terceiro e quarto lugares nacionais, os “Magníficos Foot Team”, levaram a melhor, à já experiente equipa de Porto, os “Challenge”, após a marcação de penaltis.

Também em Maio, uma Seleção do Clube Millennium bcp, composta por elementos de 8 das equipas pertencentes ao Campeonato Nacional de Norte a Sul, participaram na VII Edição do Torneio Internacional Interbancos, tendo conquistado nessa participação um honroso 3º lugar entre 8 equipas.

### NORTE

A delegação norte quanto á modalidade de futsal teve os seguintes eventos:

- VIII campeonato nacional de futsal, com a participação de 7 equipas e são as seguintes:

- Bcpgrupo
- Challenge
- Coimbra
- Minho Foot
- Para e Chuta
- Os Tripeiros
- Dráguas

As equipas de Coimbra e Challenge foram as que estiveram na fase final nacional em Nelas.

Participação no Torneio Interbancos Na Lagoa, Algarve, um misto de jogadores do Norte e Sul.

Participação da equipa de Coimbra no Torneio Interbancário (TNIFS), com presença na fase final.

## SUL

O ano de 2014 iniciou-se em Janeiro, com o XXXVIII TNIFS (Torneio Nacional Interbancário de Futsal do Sindicato dos Bancários) organizado pelos 3 Sindicatos verticais, tendo o Clube apoiado 6 equipas, FAPOC e Foot A Mill de Lisboa, DOC de Évora, MBCP FC de São Miguel, os Craques da Bola da zona do Entroncamento/Torres Novas e os MG Foot da Marinha Grande.

Em 26.01.2014, na cidade de Torres Novas, realizou-se a final da II Taça nacional de Futsal do Clube MBCP, evento que tinha começado em Setembro de 2013, sendo a grande vencedora da Taça a equipa AGEAS (Lisboa), que levou vencida a equipa da MG Foot ( Marinha Grande) por 4-2.

Em Fevereiro teve início o VIII Campeonato Nacional de Futsal do Clube MBCP, com a participação de 24 equipas, 16 das quais da nossa delegação, sendo 7 da zona da Grande Lisboa, 5 do Centro e Sul (Marinha Grande, Entroncamento, Évora, Beja e Faro), 3 em representação da Regiões Autónomas dos Açores (S. Miguel, Terceira e Faial) e 1 em representação do Arquipélago da Madeira. A equipa de Lisboa, FAPOC, conquistou o Título da Zona Sul/Centro e Ilhas, tendo a equipa MAGNÍFICOS FOOT TEAM ficado em segundo lugar, garantido as 2 equipas o acesso à Fase Final Nacional.

A Fase Final foi realizada, no final de Maio, em Nelas. O evento englobou ainda a realização de um jogo convívio, entre as delegações Norte e Sul do Clube.

O título de Campeão Nacional sorriu à equipa Lisboaeta "FAPOC", que venceu a sua congénere de "Coimbra", num excelente jogo de futsal, vitória por 5-4, após prolongamento.

Na disputa do terceiro e quarto lugares nacionais, os "Magníficos Foot Team", levaram a melhor, à já experiente equipa de Porto, os "Challenge", após a marcação de penaltis.

Entre meados de Outubro e meados de Dezembro realizou-se a XXVI Edição do Torneio Bola de Prata, organizado pela Caixa Geral de Depósitos, com a participação de 1 formação do Clube MBCP, a equipa "Foot A Mill", ficando esta pela 1ª Fase da prova.

A findar o ano, o Clube patrocinou 4 equipas no Torneio de Veteranos do SBSI, FAPOC Vet, Magníficos, DOC, KK Foot, tendo as primeiras 3 passado à Fase seguinte do Torneio, que continua em 2015.

O Clube dentro da sua política de forte descentralização, continua a dar apoio a equipas formadas por colaboradores em várias regiões do País.

A título de resumo, 2014 foi mais uma vez um ano de grande atividade no Futsal do Sul, Centro e Ilhas, com o envolvimento de centenas de sócios em vários eventos cobrindo todo o território.

## GINÁSTICA

### NORTE

Os trabalhadores que praticaram exercícios duas horas por semana durante as horas de trabalho obtiveram melhores resultados do que aqueles que não o fizeram.

Sabendo que as desculpas são inúteis e que os resultados não têm preço, seja a nível de produtividade na empresa ou a nível pessoal, o Clube Millennium bcp empregou esforços prodigiosos no sentido de promover estas mesmas melhorias na qualidade de vida dos empregados do Millennium bcp. Por isso mesmo, oferecemos mais do que quantidade, mas qualidade de serviços e essa mesma diferenciação, aliada à excelente localização do Clube face à vida dos seus utentes, tem resultado na crescente procura das nossas atividades. Aos poucos, estamos a criar uma cultura de bem-estar físico e mental, de melhoria de condição de vida, que, com o retorno de capacidades outrora apenas presentes na memória dos tempos áureos da juventude, tem cativado mais e mais pessoas.

### SUL

É tempo de efetuar o balanço de mais um ano de atividade da Ginástica, secção que se dedica à ginástica de manutenção/localizada, atividade que só é possível pelo apoio e interesse do Clube Millennium bcp em proporcionar aos seus associados esta prática destinada à manutenção da boa forma física e da boa disposição de uma forma geral.

Com a centralização dos serviços do Millenniumbcp no Taguspark, de ano para ano o número de participantes tem vindo a diminuir.

No entanto, fruto de novas inscrições, registamos neste momento 27 praticantes, com idades entre os 50 e os 80 anos, que contam com a experiência e dedicação do Professor Carlos Oliveira para a melhoria da sua condição física, num ambiente divertido, disfrutando de momentos dinâmicos e relaxantes.

### GOLFE

A secção de Golfe do Clube MBCP que tem por objetivo fomentar e promover a modalidade junto dos seus associados, colaboradores do Millennium bcp - no ativo e na reforma - e seus familiares diretos. O Clube é filiado da Federação Portuguesa de Golfe e faz a gestão de handicaps dos seus associados.

No ano de 2014, foram realizadas as seguintes atividades:

- 6 Torneios da Ordem de Mérito
- 1 Torneio de verão
- 1 Torneio de Encerramento
- Competição em match-play individual
- 3 Torneios Inter-Empresas
- 1 Torneio Inter-Clubes sem campo
- 2 Torneios Inter-Bancário por equipas
- Participação com 3 equipas no torneio de Empresas Expresso-BPI
- 2 Clínicas de iniciação ao Golfe

A Ordem de Mérito de 2014 foi a décima segunda que o Clube organizou desde a sua fundação. António Domingues Francisco foi o grande vencedor deste ano, que sucede assim a Carlos Santos vencedor do ano passado.

Dando seguimento ao que iniciámos no ano transato, este ano contámos com mais uma Ordem de Mérito geral onde podiam participar não só sócios, mas também convidados de sócios, o vencedor net foi César Vidal e o vencedor gross foi para Carlos Ribeiro.

Neste ano de 2014, os torneios da Ordem de Mérito foram disputados nos seguintes campos: Ribagolfe II, Beloura, Royal Óbidos, Aroeira I, Campo Real e Penha Longa. Já o torneio de verão foi disputado na Quinta do Lago no campo de San Lorenzo e o torneio de Encerramento foi no Onyria da Quinta da Marinha. Nos torneios de equipa, visitámos os campos de Aroeira II, Santo Estêvão, Ribagolfe II, Belas e ainda o Montado.

Os sócios vencedores dos torneios da Ordem de Mérito de 2014 foram:

- Mário Afonso em Ribagolfe II,
- António Curto na Beloura,
- António Domingues Francisco no Royal Óbidos,
- António Domingues Francisco na Aroeira I,
- Carlos Ribeiro no Campo Real e
- António Curto na Penha Longa.

Foram realizadas 2 clínicas de iniciação do Golfe, no campo de Golfe do Paço do Lumiar, as quais tiveram uma forte adesão. Neste batismo de golfe participaram 62 jovens e 30 adultos.

Recordamos a galeria de vencedores das competições do Clube:

Ordem de Mérito

- António Domingues Francisco - 2014
- Carlos Santos - 2013
- António Domingues Francisco – 2012
- Noé Oliveira - 2011
- Carlos Guerra da Silva – 2010
- Luis Fernandes - 2009, 2007 e 2006
- Álvaro Dinis - 2008
- Carlos Felício – 2005
- José Romão Eusébio - 2004
- António Pedrosa - 2003.

Matchplay Individual

- Mário Afonso – 2014
- Mário Afonso – 2013
- Noé Oliveira – 2012
- José Luís Livro – 2011
- Luís Costa – 2010
- José Luís Abrantes - 2009 e 2008
- Eduardo Catarino – 2007 e 2005
- Carlos Ribeiro – 2006

HEALTH CLUBS

O Clube manteve os protocolos celebrados com cerca de 8 entidades, nas quais cerca de 500 associados beneficiaram de condições específicas, para a prática da sua atividade física. Sendo na sua maioria ginásios localizados na grande Lisboa e grande Porto, destacamos pela sua cobertura nacional o Holmes Place; e no Porto, os seguintes: Bodyland, Bom Sucesso, Gaia Sport, Life Club, Pinhais Foz, Place Foz, Tetra Club.

## JUDO

### SUL

O ano de 2014 foi de grande importância para o Judo dado que, evidenciou o tão pretendido crescimento e porque, pela primeira vez, inscreveu um atleta nos seus campeões do ano.

Foi um ano com muito trabalho para todos os atletas que se inserem nos vários escalões etários, por forma a preparar os mesmos para as competições respetivas, não esquecendo permanentemente o aspeto formativo e lúdico para os atletas adultos que também integram uma das classes.

Em termos de atividade competitiva, os nossos atletas tiveram um ano excelente dado que todos eles e em todas as provas onde participaram, subiram ao pódio.

No arranque do ano, Iris Alves, Rita Cabral, João Azevedo e Guilherme Lopes, tornaram-se os primeiros atletas do Clube a entrarem em provas oficiais. Um terceiro lugar do pódio para os três primeiros e um segundo lugar para o Guilherme Lopes.

Seguiu-se o Torneio da Seixalíada onde o Francisco Costa Cabral subiu ao segundo lugar da prova e o Guilherme averbava a primeira vitória do ano.

No Torneio da Lourinhã, prova os atletas mais velhos se estrearam, os Benjamins Vitória Luz e Guilherme Lopes alcançavam o terceiro e segundo lugar respetivamente, enquanto que o Iniciado João Azevedo e o Cadete Gonçalo Lopes, subiam também ao mais baixo lugar do pódio. A prova ficou marcada pela vitória do Cadete José Maria Azevedo.

Os Distritais perto do final do ano levaram os nossos Benjamins Gonçalo Costa ao terceiro lugar, Francisco Cabral ao segundo lugar e a tão aguardada e esperada vitória do Guilherme Lopes, sendo o primeiro título para o Clube na modalidade.

A terminar o ano, o Torneio dos Salesianos levou o atleta Gonçalo Costa ao terceiro lugar e os atletas Francisco Cabral e Guilherme Lopes ao segundo lugar.

Em jeito de balanço e dado o pouco tempo de modalidade dos atletas, destaca-se o empenho de todos eles para os bons resultados obtidos.

O ano ficou ainda marcado pelo já tradicional Sarau anual de Artes Marciais do Clube no fecho do ano.

Destaca-se que os atletas do Clube beneficiaram e continuarão a beneficiar ao longo de todo o ano, da mais-valia que a partilha de conhecimentos com atletas do Judo Clube de Lisboa lhes proporciona, fruto da proximidade conferida pelo facto do nosso treinador fazer parte da equipa técnica do prestigiado JCL.

Para 2015, a promessa de continuar a trabalhar para o crescimento do Clube e para a continuidade dos bons resultados.

## KARATÉ

### NORTE

Secção de karaté DO Clube Millennium bcp Delegação Norte, em 2014 continuou a proporcionar a prática e desenvolvimento da modalidade aos seus associados. Um ano repleto de atividades, focada na ação pedagógica dos karatecas mais jovens do Clube que continuam a poder crescer de forma equilibrada, potenciando e projetando um futuro promissor e de bem-estar, conduzindo-os a uma personalidade marcante e de elevação da consciência aos que vão permanecendo no "BUDÔ" - "o caminho" (dô) de "deter a violência" (bu).

De salientar todo o apoio atribuído pelo Clube Millennium bcp ao projeto iniciado em 2009, claramente uma aposta ganha com uma adesão expressiva na época anterior, mas que face às diversas vicissitudes contemporâneas terminou o ano com um decréscimo do número de inscrições.

Participaram nas mais diversas competições de "Kata":

- Torneio Nacional de Apuramento APKS - Condeixa-a-Nova
- Open Internacional NPK - Pavilhão Multiusos Rota dos Móveis Lordelo – Paredes
- MAIA INTERNATIONAL KARATE OPEN - Águas Santas – Maia
- Campeonato Nacional APKS - Rinchoa - Rio de Mouro – SINTRA

Presentes nos diversos eventos formativos de acordo com os objetivos delineados com vista à obtenção de novas competências técnicas:

- Estágio Nacional de Inverno APKS 2014 - CPN – Ermesinde
- WCIC KSI 2014 World Chief Instructors Course Potsdam – Alemanha
- Estágio Nacional Verão APKS - Sagres – Complexo Desportivo de Aljezur
- Seminário Sin Moo Hapkido - Porto
- Special training of balance and “power” - Matosinhos
- Gasshuku Internacional APKS – Coimbra

Parabéns aos catorze atletas do Clube Millennium bcp que se submeteram a exame de graduação, na qual obtiveram com sucesso a seguinte graduação:

6º Kyu (Cinto Verde)

- Joana Cândido;
- Sara Pinto;

5º Kyu (Cinto Azul)

- José Carlos Fernandes;
- Miguel Rodrigues;
- Francisco Gomes;
- Barbara Gomes;
- Sofia Marques;
- Ana Luísa Marques;
- Mário Miranda;

4º Kyu (Cinto Roxo)

- Ana Rodrigues;

3º Kyu (Cinto Castanho I)

- Júlio Pinto;
- Pedro Pinto;
- Helena Rodrigues;

SUL

Época 2013/14 (set a Jul)

A época de 13/14 do Karate secção Sul teve 2 mutações que marcaram a estratégia de crescimento e os objetivos do Dojo.

Primeiro o bom crescimento da classe juvenil e infantil contando com 28 alunos no total. em Segundo o enorme decréscimo da classe adulta que de um ano com 12 inscritos caiu para 5. Quanto ao primeiro ponto a análise da secção é que a mensagem e o trabalho foi bem transmitido sobretudo na filosofia do member get member, tendo o seccionista da Secção um papel determinante. O segundo ponto deveu-se a uma quebra de um ciclo de crescimento que acontecia desde que esta secção existe , ou seja 10/2006.

Os objetivos do Dojo foram alicerçados em 2 grandes pirâmides: Formação e Competição.

Os jovens atletas participaram em 5 competições nessa época , sem resultados de registo (apenas um 3º lugar), e também não lhes foi exigido mais a não ser participar e suar o GI, neste longo e muito duro trajeto do Karaté de competição.

Na formação que é a maior aposta do Dojo, o resultado é muito bom e este será o grande motor de crescimento do Dojo.

## MERGULHO

### NORTE

“O Ano de 2014 continuou a ser marcado por uma “reconstrução” da Secção, que continuará em 2015. Devido a constrangimentos relacionados quer com o tempo (condições meteorológicas e de mar) quer com a disponibilidade dos Sócios, gostaríamos de ter realizado mais atividades que foram planeadas mas que não foi possível concretizar. No entanto destaca-se que foi efetuado um Curso de Mergulho, em parceria com a Empresa Haliotis no Porto, onde foram certificados mais 4 mergulhadores. Efetuaram-se os exames do mesmo em Peniche, tendo tudo corrido debaixo da maior segurança e com excelente desempenho dos mesmos. De destacar a importância desta parceria, além de assegurar a formação contínua necessária aos membros do Clube, assegura também meios materiais e logísticos necessários à prática de Mergulho, em condições económicas mais vantajosas para o Clube e associados.

Efetuamos ainda uma saída ao Grove também com participação de cerca de 12 Associados, reforçando o convívio e confraternização ente membros e respetivas Famílias, algo que na secção de mergulho sempre se verificou como tanto ou mais importante que a prática desportiva”

### SUL

Em 2014, continuámos a apostar nas ações de formação certificada, nomeadamente os cursos: PADI - Open Water, Enriched Air Nitrox e GUE Fundamentals.

Em parceria com Subnauta, promovemos o 4º Mini-Liveaboard no Algarve (Rota dos Naufrágios), embora não se tenha realizado por falta de inscrições.

## MONTANHISMO

Em 2014 a secção de Montanhismo do Clube MBCP apenas organizou 2 marchas pedestres, com uma participação média de 35 caminheiros.

Apesar de estarem previstas várias atividades de montanha, o mau tempo impediu que a secção conseguisse cumprir com o projetado. As 2 atividades (uma noturna e outra diurna, foram efetuadas no trilho do Paleozoico, na zona de Valongo

- O Trilho do Paleozoico é situado no “Corredor Ecológico” da Serra de Valongo. Fundo do mar há 500 milhões de anos, a Serra de Valongo é rica pelo património pré-histórico.

A caminhada inicia-se junto ao parque de estacionamento da Unidade de Apoio ao Estudo do da Serra e encaminha-se até ao topo da Serra de Sta Justa, onde se tem uma fabulosa vista do vale de Valongo.

Após alguns quilómetros percorridos pela cumeada, descemos em direção à Aldeia comunitária de Couce. Local por onde passaram em tempos exércitos romanos defendendo as várias minas de ouro localizadas na região.

Para o final, subimos pelo corredor ecológico até Carvoeira, cumprindo os últimos quilómetros da caminhada.

Para 2015 continuaremos a apostar na diversidade dos percursos, procurando aumentar o número de participantes nas atividades de montanha a realizar pelo Clube.

## NATAÇÃO E ÁGUAS ABERTAS

A equipa de Natação do Clube Millennium bcp, participou em 2014 nas principais provas nacionais de Masters, organizadas pela Federação Portuguesa de Natação, seja na vertente de piscina, seja na vertente de águas abertas.

Na vertente de piscina, os nadadores João Silva, Jorge Fernandes e Adriano Barradas estiveram presentes no 8º Open de Inverno de Masters que teve lugar na cidade da Mealhada,

tendo João Silva se destacado ao conquistar 3 segundos lugares e um terceiro lugar, no escalão 50-54 anos.

Presença ainda de assinalar nos XVI Campeonatos Nacionais de Masters / Open de Verão, que tiveram lugar nas piscinas municipais de Évora, no início de Julho, onde estiveram João Silva e Adriano Barradas com prestações medianas.

O Clube marcou ainda presença no “ II Torneio de Masters do Sport Algés e Dafundo”, através de João Silva e Adriano Barradas. João conquistou 3 lugares de pódio e Adriano Barradas dois lugares de pódio.

A equipa de natação participou ainda de Janeiro a Junho, nos vários Campeonatos de natação organizados pela Fundação Inatel, tendo ao longo de toda a época conquistado 13 lugares de pódio, tendo a maior fatia de lugares cabido a João Silva com 10, seguido de Filipe Horta com 2 e por fim Jorge Fernandes conseguiu 1 lugar de pódio.

Os campeonatos nacionais individuais da Fundação Inatel deram a João Silva o título de campeão nacional nas provas de 100 e 800 metros livres e ainda nos 100 metros bruços, no escalão 50-54 anos.

Quanto à vertente de Águas Abertas, a equipa do Clube teve também um comportamento muito positivo.

A equipa do CMBCP participou durante os meses de Verão em 12 provas de mar / rio ( Circuito do Algarve - 6, Sesimbra - 1, Guadiana – 1, Setúbal – 1, Amieira - 1 e Zona de Lisboa - 2 ).

Os campeonatos nacionais de águas abertas em Masters, sob a égide da FPN , tiveram lugar em Portel, na magnífica albufeira da Amieira.

Aí estiveram presentes João Silva e Felipe Horta que se classificaram em 4º e 6º lugar respetivamente.

Presença também na já mítica Travessia António Bessone Basto, entre Paço de Arcos e Oeiras, na distância de 2.500 metros. João Silva, Filipe Horta, Paulo Silva e Pedro Mendes foram os nossos dignos representantes. Filipe Horta foi segundo classificado e João Silva terceiro.

Integrada na etapa europeia da Taça do Mundo de águas abertas, realizou-se no Parque Urbano de Albarquel, em Setúbal, uma prova de promoção na distância de 1500 metros onde estiveram os nossos nadadores João Silva e Fernando Serra. João Silva foi 5º classificado e Fernando 17º.

Mais a sul, João Silva revalidou o título de campeão do Circuito de Mar do Algarve 2014, no escalão 50-59 anos ao vencer as 6 etapas da prova, enquanto Filipe Horta foi vice-campeão no mesmo escalão, ao classificar-se por 4 vezes em 2º lugar.

Este evento que funciona como um "campeonato", somando os nadadores pontos, conforme a sua classificação em cada uma das provas, teve a presença de 3 nadadores do Clube que participaram nas diferentes etapas. João Silva, Filipe Horta e Marcelino Barreto foram os nossos dignos representantes.

De salientar ainda a participação no “Swim Challenge Milha Cascais 2014” , prova de águas abertas na distância de 1852 metros, que se realizou em Setembro, na Praia da Duquesa, onde Filipe Horta venceu o seu escalão. Participaram ainda pelo Clube neste evento, mas na vertente de “não federados”, os nadadores Paulo Silva, Rui Ramalho, Luís Faria, Marcelino Barreto, Bruno Vaz e António Seixas.

Por último, de registar o 2º lugar de Joana Arantes na “Travessia da Baía de Sesimbra” que se realizou como habitualmente no dia 5 de Outubro.

## ORIENTAÇÃO

O Clube Millennium bcp esteve, mais uma vez, representado com vários atletas na modalidade de Orientação em BTT, onde participou em 3 provas da Taça de Portugal de Ori BTT, no Campeonato Nacional Absoluto e no campeonato ibérico. No total foram 5 atletas, 4 no escalão de H50 e um no escalão de H40.

A época de 2014 ficou marcada por algumas lesões, que implicaram uma menor frequência de participação nas provas. Ainda assim, poderemos destacar o desempenho do atleta Filipe Silva, na prova do Ori Btt do NADA, em Albergaria dos Doze, com um honroso 1 lugar e a quase ida ao podium no campeonato ibérico, ocorrido na Mealhada, onde sofreu uma queda a

escassos 300 mts da meta, quando se encontrava em 2 lugar. Os melhores resultados dos restantes atletas foram, o 8 lugar na prova do Ginásio Figueirense, a contar para a Taça de Portugal e a classificação para a final A do campeonato nacional absoluto, para o atleta Nuno Paiva; o 10 lugar na prova do Ginásio Figueirense e 14 no Ori Btt do NADA, ambas a contar para a taça de Portugal, para o atleta Mário Torneiro; o 1 lugar no open do Campeonato ibérico, ocorrido na Mealhada e 12 na final B do campeonato nacional absoluto, para o atleta Fernando Barroso e o 9 lugar no open do campeonato nacional, para o atleta Alberto Sabino.

Embora com participação mais reduzida que o habitual, a simbiose entre desporto de montanha, andar de bicicleta e a necessária concentração na leitura do mapa, continuam a fazer desta atividade desportiva uma forma de perfeito equilíbrio, entre a atividade profissional e desportiva, transportando-se valores importantes entre ambas.

## PADEL

### SUL

O ano de 2014 ficou marcado pelo arranque de uma secção no seio do nosso Clube, neste caso particular, da modalidade de Padel. O trabalho da secção focou-se, fundamentalmente, na divulgação da modalidade junto dos associados do Clube, na realização de diversos eventos denominados “Dias Abertos”, na realização de torneios internos e estabelecimento de parcerias com outros Clubes com vantagens para os associados do nosso Clube.

Em termos de eventos desportivos foram realizados os seguintes:

- “Dia Aberto” – Indoor Padel Center
- 1º Torneio CMBCP – Nacional Padel
- Clínica CMBCP - Indoor Padel Center
- Circuito Padel – Clube São João
- 1º Torneio Equipas Mistas CMBCP – Padel Campo Grande

De realçar a realização de cerca de duas dezenas de treinos, com o foco principal de dinamização da modalidade e atrair o maior número de associados para junto da secção de Padel. Neste momento, a secção conta com uma participação ativa de cerca de 40 associados.

Foram estabelecidas parcerias com Clubes/Escolas de Padels. Os objetivos das parcerias assentam sobre dois vetores base: melhorar a formação na modalidade através da realização de aulas de Padel e na utilização de infraestruturas desportivas (aluguer de campos de Padel). A secção de Padel do Clube Millennium bcp, no ano de 2014, realizou parcerias com os seguintes Clubes: Padel Campo Grande, Clube Padel Alcântara, Nacional Padel, Clube Ténis São João e Padel Benfica.

## PESCA

### NORTE

Esta secção iniciou o ano de 2014, já em cima da data das primeiras provas, em que se inscreveu, com toda a problemática inerente à mudança de Seccionista.

Assim, esteve representada em todas as provas realizadas pelo Sindicato dos Bancários do Norte, a saber:

VII encontro Regional Interbancário de Pesca Desportiva de Surcasting:

- 2 provas com a participação de 7 pescadores em 2 equipas, realizadas respetivamente na praia de Aguçadoura e Torrão do Lameiro. A Final Nacional teve lugar na Praia de Vieira de Leiria e com a participação de 4 Associados.

XXXV Campeonato Regional Interbancário de Pesca Desportiva de Mar:

- 3 provas marcadas para Angeiras, Vila Chã e Póvoa de Varzim com a participação de 11 pescadores distribuídos por duas equipas. A Final Nacional realizou-se em Peniche com a participação de 6 Associados.

XXXVI Campeonato Regional Interbancário de Pesca Desportiva de Rio:

- 3 provas marcadas para Chaves, Cavez e Pista da Ratoeira, com a participação de 7 pescadores e com 1 equipa. A Final Nacional realizou-se na Pista da Ratoeira em Celorico da Beira com a participação de 3 Associados.

XIV Encontro Interbancário de Pesca Desportiva de Alto Mar (embarcada):

- 2 provas com três embarcações em cada prova com saída da marina de Leça do porto de leixões, com a participação de 7 pescadores e 1 equipa. A prova final, devido ao mau tempo, ainda não tem data marcada. Esta prova dos 8 melhor classificados, serve para apurar o Campeão Regional e para selecionar quem vai à finalíssima Nacional. O Clube mantém ainda 2 pescadores nesta competição.

Fora do âmbito das provas do Sindicato dos Bancários do Norte, o Clube implementou saídas de pesca lúdica embarcada, tendo por base o porto de leixões. Organizaram-se 3 saídas com 8 Associados/cada, totalizando 21 novos pescadores. A embarcação eleita para estes eventos, "Blue In".

O Ano de 2014 foi ultrapassado com relativo sucesso e vamos continuar a enveredar esforços para que o ano de 2015 seja ainda melhor em termos de representação do Clube Millennium bcp com sucessivas melhorias nas classificações dos Associados.

SUL

A Secção de Pesca do Clube Millennium bcp - zona sul, que inclui o Sul e Centro do País, no final de 2014 participou em quatro modalidades de pesca, Surfcasting (pesca de Praia), Pesca de Mar (pesca à boia na costa), Barco Fundeado e Pesca de Rio.

Estivemos representados em várias provas organizadas pelas seguintes entidades:

- SBSI e SBC - Interbancário de Barco Fundeado, Mar, Praia e Rio (18 provas)
- SBSI – Secção Regional de Tomar, Santarém – Rio (4 provas)
- Serviços Sociais da CGD – XXXI Peixe de Prata (Coruche)
- Concurso de pesca de Mar da Cimenteira Maceira-Liz

Resultados desportivos de 2014:

- Praia (Surf Casting)
  1. Regional SBSI, nesta modalidade individualmente há a destacar o 11º lugar de António Conceição Marques e 13º lugar de Vítor Rodrigues.
  2. Nacional Interbancário 5º lugar de António Conceição Marques e o 7º por David Faria.
- Mar
  1. Regional SBSI – individualmente 3º por António Conceição Marques 7º António Abreu e 10º João Trindade Varão, coletivamente conseguimos o 3º e 5º lugar.
  2. Nacional Interbancário – individualmente 3º José Carlos Bernardino, 8º Francisco José Cruz Garcia e 10º António Abreu, coletivamente ficámos em 4º e 6º lugar.
  3. Olimpíadas - individualmente 2º José Carlos Bernardino, 4º António Abreu, 5º António Conceição Marques, 7º João Trindade Varão e 9º Joaquim Maria de Sousa coletivamente ficámos em 1º e 3º lugar.

- Barco Fundeado
  1. Final Regional SBSI realizou-se em Setúbal a 22 de março e António Valério sagrou-se pela quarta vez consecutiva campeão de Alto Mar.
  
- Rio
  1. Regional SBSI, o ano de 2014 obstante boas prestações nas provas não teve reflexo nos resultados finais, coletivamente 5º lugar, e individualmente José António Ferreira em 15º.
  2. Regional SBC sagrou-se campeão José Ferreira e em 7º Paulo Figueiredo, coletivamente ficámos em 2º lugar.
  3. Nacional Interbancário classificações por zona, 2º José António Ferreira, 3º José Vinagre, Paulo Figueiredo 4º.
  4. Olimpíadas – individualmente 5º José António Ferreira e 8º José Vinagre, coletivamente ficámos em 3º lugar.
  5. Secção Regional de Tomar de Santarém, efetuaram 4 provas e os resultados foram bons, Francisco Garcia com um 1º, António Conceição Marques com um 3º um 5º, José António Ferreira com um 3º e um 6º e Nuno Rei e Emídio Ribeiro com um 5º.

## PILATES

Em Julho de 2014 iniciaram-se as aulas de Pilates ainda em formato experimental com uma classe, ao longo dos meses de Junho e Julho.

Em Setembro de 2014, foram abertas duas aulas com uma lotação máxima de oito alunos.

Em Janeiro de 2015 foi iniciada uma terceira aula.

De momento estão constituídas três turmas de Pilates de 60 min, com uma frequência de duas vezes por semana, das 18:30 às 21:30.

Nos dois meses de modalidade experimental estiveram inscritas 7 pessoas no total e foi feito trabalho de solo sem aparelhos.

Em Setembro, e porque a modalidade teve aceitação, foi aberta mais uma aula, ficando as duas turmas com o máximo de alunos que estabeleci, oito cada.

No início da modalidade, os alunos que se dispuseram, foram avaliados relativamente à sua aptidão para realizar alguns movimentos base, o que permitiu enumerar uma lista de problemas e respetivos objetivos a atingir ao longo das aulas. O nome do teste “Polestar Pilates Triagem Fitness”.

De momento estão abertas três turmas pois havia mais pessoas interessadas que já não podia inscrever nas turmas existentes, tendo sido criada em Janeiro uma nova classe que neste momento tem 5 pessoas inscritas. As aulas incluem trabalho com alguns aparelhos, nomeadamente bolas, rolos e elásticos adquiridos pelo Clube.

## POOL

### NORTE

Em 2014 a secção de Pool Norte realizou pela primeira vez um Campeonato de Pool (em substituição das Ligas Internas) com 15 inscritos, tendo jogado todos contra todos durante várias jornadas, com jogos de muito bom recorte técnico nalguns casos.

Se o Anselmo Pinto na primeira fase venceu quase toda a concorrência, perdendo apenas com o Paulo Monteiro, na final four o Vasco Almeida não deu hipóteses aos quatro finalistas e tornou-se por isso vencedor deste primeiro campeonato.

Destques para a participação do veteraníssimo Manuel Malo na 2ª divisão de Carambola da Federação Portuguesa de Bilhar, onde teve uma participação regular.

Na participação no torneio do SBN não tivemos desta vez, os Deuses pelo nosso lado, e apenas o José Amorim conseguiu ir até às meias-finais.

No mês de dezembro os melhores classificados do ranking norte, deslocaram-se a Lisboa para participar no Torneio dos Bancários, onde o Vasco Almeida conseguiu um excelente 2º lugar, tendo apenas sido ultrapassado pelo Pedro Correia da secção sul. Nos restantes lugares o João Oliveira ficou em 3º e o Anselmo Pinto em 5º lugar.

## SUL

A secção de Pool da zona sul incidiu a sua atividade, em provas organizadas pela Federação Portuguesa de Bilhar. No lote de jogadores que representaram o Clube estiveram, Pedro Correia, João Fonseca, Paulo Fiúza, Eduardo Palma, Edmundo Carvalho, Fernando Fernandes, Alexandrino Leite, Laurent Teixeira e António Costa.

Na vertente de Equipas na variante de Pool Português, participou na época 2013/14 no Campeonato da 3ª divisão – Zona de Lisboa, tendo conseguido logo na primeira época, a subida à 2ª divisão. Também participou na Taça de Portugal, onde conseguiu apuramento para a fase final nacional.

Na época 2013/14, na vertente individual, o destaque maior foi para o 8º lugar no Campeonato nacional de Pool Português de Pedro Correia. Além desta classificação, também obteve passaporte para a fase final nacional da Taça de Portugal onde chegou aos 1/8 de final. Antes, no apuramento para a fase final nacional, Pedro Correia conseguiu também vencer uma prova relativa à 1ª divisão da zona de Lisboa.

Na variante de Pool, João Fonseca obteve o 6º lugar no Campeonato Nacional da 2ª divisão, mantendo-se assim na mesma divisão para a época 2014/15.

Os objetivos para 2015 passarão por alcançar o maior número de fases finais nacionais em ambas as vertentes

## SQUASH

### CIRCUITO REGIONAL SQUASH DA MADEIRA:

- Torneio Tecnifibre 2014
- Torneio Restaurante Polar Squash 2014
- Torneio Promerch 2014
- Torneio Grandiflora
- Torneio MonteMar Palace 2014
- Torneio Internacional da Madeira 2014
- Torneio “Bar Camarão Squash 2014
- Torneio “Galo Resort Squash 2014
- Torneio “Coeficiente Mecatrónica Squash 2014

No final do Circuito Regional de Squash da Madeira, João Gonçalves fechou no lugar n.º 12 do ranking Regional, o que faz antever que não fora a sua ausência numa das provas, estaria certamente no Top 10 Regional entre 40 atletas que marcaram presença nesta época competitiva. Marco Spínola terminou o ano no lugar imediatamente seguinte – 13 do ranking Regional.

A realçar ainda que no passado mês de Dezembro, a Madeira foi a anfitriã do “Campeonato Nacional de Veteranos”, prova tutelada pela Federação Nacional de Squash e onde infelizmente Marco Spínola não participaria devido a lesão mas onde João Gonçalves alcançaria um extraordinário resultado, sagrando-se Vice-campeão Nacional na categoria +35 anos!

### Factos Relevantes desta Época:

a) Marco Spínola é o Diretor Prova do atual circuito Regional Squash e tem sido um dos principais dinamizadores desta modalidade na Região;

- b) O atual ranking Regional, decorridas 3 etapas do circuito regional determina o lugar nº10 para João Gonçalves e o nº 16 para o Marco Spínola;
- c) No Circuito de Duplas a equipa do Clube MBCP encontra-se no 5º lugar do rk.

## SQUASH SUL

### - Treinos 2014:

Decorreram de janeiro a junho sob a orientação do Professor Fernando Valentim.

Participaram nos treinos de forma regular 10 atletas, sendo que outros elementos que habitualmente praticam Squash, aqui e ali, pelas mais diversas questões pessoais foram espaçando a sua participação.

Para 2014 o plano de treinos superou as expectativas iniciais, tendo o professor apresentado um plano de treinos que permitiu uma evolução geral no nível de jogo praticado.

### - Provas:

#### Circuito Standbay 2014

Participação de 1 elemento – Pedro Pereira.

O circuito Standby é um dos circuitos com maior nível competitivo que se realiza na zona sul do país. Neste ano o circuito contou 5 provas (provas realizadas em Lisboa, Sintra, Almada e Algarve) e com um quadro médio de inscritos na ordem dos 24 jogadores.

O circuito desenrolou-se no período de fevereiro a junho, setembro.

No mês de dezembro teve lugar na Penha Longa, a realização da prova “Rainha” designada por Masters, tendo o representante do Clube Millennium bcp conseguido qualificar-se para a prova rainha desta competição, a qual contou com a presença do Top 16, tendo no final obtido uma honrosa 7ª posição.

#### Olaias 2013/2014

É um dos, senão o circuito de Squash no momento, na região de Lisboa, com maior representatividade no panorama do Squash, tendo contado sempre com um quadro de jogadores acima dos 24 participantes, tendo o Clube feito se representar por 4 atletas Vítor Ferro, António Fernandes, Pedro Pereira e Francisco Madureira.

O circuito decorreu pelo período de 7 meses (novembro/2013 a maio/2014).

No final da fase regular o Clube viu todos os seus atletas a serem apurados para a prova denominada Masters/2014.

O Masters é uma prova que conta com os 16 melhores do ranking da fase regular da prova, e aí mais uma vez o Clube conseguiu ver todos os seus atletas a chegarem à tão desejada prova final que premeia todo um esforço despendido durante a fase regular.

#### Interbancário 2014

Embora com um calendário mais curto que em anos anteriores, o Clube Millennium bcp, voltou a dominar e fez o pleno colocando 3 atletas nas 3 primeiras posições, quer na prova regular do campeonato regional quer nas Olimpíadas.

No campeonato de regional sul – a classificação dos atletas do Clube foi: 1º Luís Valente, 2º Francisco Madureira, 3º José Rebelo, e 7º Paulo Kellen.

Nas Olimpíadas a classificação mais uma vez confirmou a supremacia antes registada tendo a classificação dos atletas sido a seguinte: 1º Francisco Madureira, 2º Luís Valente, 3º José Rebelo – Paulo Kellen não participou devido a lesão.

## SURF

### NORTE

No ano de 2014 Secção de Surf, possibilitou nas férias de Páscoa e férias de Verão a que trinta e cinco novos associados experimentassem esta atividade. A idade mínima registada foi de 8 anos e a idade mais avançada 51 anos. Entre Pais e Filhos todos os inscritos participaram

em pack's de 5, 10 ou 15 aulas, sempre em total segurança com a Supervisão dos nossos parceiros da Escola Surf Aventura. O tempo e o estado do mar são sempre o fator que dita a possibilidade da realização ou não das aulas agendadas, sendo que sempre que o mar se mostrou desadequado ou desaconselhado, rapidamente se reagendaram as aulas para momentos mais propícios. Desta forma o grau de satisfação dos nossos associados é elevado.

## TÉNIS DE CAMPO

### NORTE

Os principais eventos de 2014 da secção de Ténis do Clube MBCP Norte foram os seguintes:

- 1) A participação em Novembro de 2014 de 10 atletas no 32º Torneio Bancários do Norte e com os seguintes resultados: escalão Senhoras: Campeã Regional Olga Alfaiate; escalão + 65 anos: Campeão Regional Paulo Horta; escalão + 55 anos: Campeão Regional Antonino Pais; escalão + 45 anos: Campeão Regional J. Guedes da Costa. Todos estes 4 atletas ficaram apurados para a final Nacional dos Bancários que se irá realizar em Maio de 2015 prevendo-se que a mesma seja realizada em Santo André (Alentejo).
- 2) A 17 e 18 de Maio de 2014 disputaram-se em Coimbra os 31º campeonatos nacionais Interbancários de Ténis e o Clube MBCP do Norte teve 4 vice campeões nacionais: Olga Alfaiate nas Senhoras, Paulo Horta no escalão + 60 anos, Fernando Cunha no escalão + 55 anos e J. Guedes da Costa no escalão de + 45 anos.
- 3) Nos dias 12 e 13 Abril de 2014 realizou-se em Gondomar o Torneio do Clube MBCP e teve a participação de 23 Atletas onde se realizaram excelentes partidas de ténis e os resultados foram os seguintes: no escalão até 45 anos, o estreante João Pedro Antunes ganhou 2/0 ao Américo Pinto, no escalão + 45 anos, o Pedro Boanerges ganhou 2/0 ao Fernando Cunha e nos pares, a dupla Fernando Cunha/Sílvio Menezes ganharam 2/0 à dupla Pedro Boanerges/Azevedo (pai e filho).

### SUL

O ano de 2014 permitiu à equipa de seccionistas consolidar e dar continuidade ao trabalho iniciado nos anos anteriores. Com apreço registamos os diversos torneios internos e o aumento do número de associados participantes nos diversos eventos, com destaque no aumento do número de jovens; participação em eventos oficiais (organizados pela Federação Portuguesa de Ténis) e estabelecimento de parcerias com outros clubes com vantagens para os associados do nosso Clube.

A nível interno, foram realizados três eventos: o torneio Clube Millennium bcp, com uma participação global de 33 atletas, distribuídos por um total de 5 escalões: jovens, seniores masculinos, veteranos masculinos, pares e consolação. Em termos globais, foram realizado um total de 50 encontros. O torneio de Outono, realizado sob a forma de grupos, nos quais os jogadores são inseridos e jogam no sistema de todos contra todos ("round robin") e que contou com a presença de 20 jogadores, tendo o mesmo decorrido nos campos de terra batida do Clube Ténis de Alfragide, e Torneio Escada, o qual contou com a participação de 16 associados. Este evento decorreu ao longo de seis meses (fase Regular) e terminou com a realização de uma fase Master, a qual contou com a participação dos 8 primeiros classificados da fase Regular.

Em relação a eventos oficiais (organizados pela Federação Portuguesa de Ténis), o nosso Clube participou num total de 11 eventos, distribuídos, ao longo do ano, da seguinte forma:

- Campeonato Nacional Equipas (Interclubes – veteranos +45 e +60);
- Torneio da Portela;
- Campeonato Regional Individual;
- Torneio CETOeiras;
- Torneio Paço de Arcos;
- Torneio Escola Oeiras;
- Torneio Torres Vedras;

- Torneio Nova Morada;
- Torneio Carcavelos;
- Torneio da Batalha;
- Torneio José Cavaco (CIF).

Em termos classificativos, função da constante preparação levada a cabo nos treinos e pela participação nos diversos torneios, os nossos atletas obtiveram resultados de elevado mérito, obtendo vitórias e alcançando variados lugares no pódio. Este ano destacam-se as vitórias alcançadas no torneio de Belas, CETOeiras e Nova Morada no escalão veteranos +55 pelo nosso atleta João Morais e a vitória alcançada no torneio de Torres Vedras alcançada no escalão +55 pelo nosso atleta José Matos; as finais em singulares alcançadas no Campeonato Regional (escalão +65 – Jorge Gil), no torneio de Escola Oeiras (escalão +55 – João Morais), no torneio de Paço de Arcos (escalão +55 – José Matos) e no torneio Torres Vedras (escalão +45 – Rui Magalhães e escalão +55 – Campos Palma). Em termos coletivos, pela primeira vez, a equipa de veteranos +45 alcançou a 2ª fase de grupos na fase regional do Campeonato Nacional de Clubes.

De realçar a participação dos nossos atletas participaram no torneio do Sindicato Bancários Sul e Ilhas. O Clube fez-se representar por um total de 32 atletas, distribuídos por 10 escalões nos quais alcançou vitórias em 7 (Jovens 10/13; Jovens 17/18; Seniores; Veteranos; Veteranos +60; Pares e Consolação).

Foram estabelecidas novas parcerias com clubes/escolas de ténis. Os objetivos das parcerias assentam sobre dois vetores base: melhorar a formação na modalidade através da realização de aulas de ténis e na utilização de infraestruturas desportivas (aluguer de campos de ténis). A secção de Ténis de Campo do Clube Millennium bcp, no ano de 2014, realizou parceria com o Clube Ténis São João.

## TÉNIS DE MESA

### NORTE

Mais um ano em os atletas, têm muito orgulho em representar o Clube, e que tudo fazem para que a modalidade não acabe, esperamos aumentar o número de praticantes, desta modalidade Olímpica, ano em que o nosso país foi Campeão Europeu.

Classificações a salientar nas provas do Inatel e Federados:

### NACIONAL INATEL:

#### Carlos Leitão:

Vencedor do Ranking List em 1ªs Categorias que é composto, pelo Campeonato Nacional e Torneios Abertos.

- 3º Classificado no Campeonato Nacional.
- Vencedor do Torneio do Arca, em Alcains.
- 2º Classificado no Torneio RTP, Lisboa.
- 3º Classificado no Torneio do Cano em Sousel.

#### António Leitão:

- 3º no Ranking List

#### Equipas:

- 3º Lugar em 1ªs Categorias

### DISTRITAL INATEL:

#### Equipas:

- Campeões em 1ªs Categorias
- 4º em 3ªs Categorias

Carlos Leitão: Campeão Distrital em 1<sup>as</sup> Categorias.  
Joaquim Monteiro e António Leitão, 2<sup>o</sup> e 4<sup>o</sup> respetivamente.

#### FEDERADO ATMP/FPTM:

Paulo Ribeiro e Carlos Leitão, 2<sup>o</sup> e 3<sup>o</sup> classificados, respetivamente em pares.

#### Particulares ATMP/INATEL:

Carlos e António Leitão. Vencedores do Torneio Cidade do Porto, em Pares.

### TIRO AOS PRATOS

#### NORTE

Os regionais da prova do SBN na modalidade de Fosso Universal realizaram-se no Clube Industrial de Pevidém e Clube de Vila Verde.

Nesta prova, composta por duas jornadas, os nossos atletas após o somatório dos resultados das mesmas obtiveram as seguintes classificações:

- João Amorim - 1<sup>o</sup> lugar
- José Coelho - 2<sup>o</sup> lugar
- Huet Bacelar - 4<sup>o</sup> lugar

No dia 28/06/2014 realizou-se no Campo de Tiro de Mira a final Nacional dos Sindicatos Bancários, cuja organização pertenceu este ano ao SBC, tendo estado presentes os 15 melhores classificados do SBSI, os 4 melhores do SBC e, finalmente, os 5 melhores do SBN.

Esta prova realizada a 100 pratos acabou por ser ganha pelo atirador João Gouveia do SBSI, sagrando-se vice-campeão o defensor do título e nosso atleta, João Amorim.

#### SUL

### TIRO DE PRECISÃO

#### SUL

2014, foi um ano em que, como os anteriores, a secção de Tiro de Precisão conseguiu vários triunfos desportivos. Porém, dois atletas destacaram-se pelo número de sucessos, conseguidos num contexto de competição de nível nacional (ou seja, sem enquadramentos de natureza profissional ou outros): Manuel Serra e Élia Capitão:

No caso do Manuel Serra, foi na modalidade de carabina deitado a 50 metros que obteve os seus galardões, a saber

- Vitória na Taça Dr António Martins
- 2<sup>o</sup> lugar no Campeonato Nacional Absoluto
- 3<sup>o</sup> lugar no Torneio de Abertura FPT
- 3<sup>o</sup> lugar no Torneio Dia Olímpico FPT

No caso da Élia Capitão destaca-se a participação no Campeonato Mundial no escalão Júnior, onde obteve pontuações superiores às atletas portuguesas seniores, e deixou 28 jovens atiradoras de nível internacional atrás de si.

Adicionalmente obteve, entre outros bons resultados, os seguintes galardões:

- Campeã Nacional C10 no escalão SJ
- Campeã Nacional BR50 Internacional Sporter
- 3<sup>o</sup> lugar no Campeonato Nacional Absoluto
- 1<sup>o</sup> lugar no Torneio do Sporting
- 3<sup>o</sup> lugar no Torneio de aniversário do SREF
- 1<sup>o</sup> lugar no Campeonato Regional Centro
- 3<sup>o</sup> lugar no Torneio ADRCBordinheira
- 1<sup>o</sup> lugar na Taça Cidade Almada
- 2<sup>o</sup> lugar no Campeonato Nacional BR 50 Heavy Varmint

- 3º Lugar no Campeonato Nacional BR 50 Light Varmint
- Máximo Nacional Senhoras em BR 50 Internacional Sporter

Outros resultados de outros atiradores, dignos de destaque:

- 1º lugar no escalão Veteranos do Troféu FPT de carabina Recreio .22 – Ferreira de Melo
- 3º lugar no Campeonato Nacional em Cano Articulado – Jorge Pinto
- 1º lugar na Taça FPT de Clubes em Cano Articulado (prova coletiva)
- 1º lugar no Campeonato Regional Centro em Cano Articulado (prova coletiva)
- 1º lugar no Campeonato Regional Centro de 9mm, Seniores segunda categoria – Luis Ventura
- 3º lugar no Torneio de aniversário do SREF – Jorge Capitão
- 2º lugar na Taça A. Montez BR 50 – Jorge Capitão

## TRAIL

O Trail running é um tipo de corrida na montanha em contacto com a natureza, corre-se por trilhos técnicos, floresta, estradões, preferencialmente inacessíveis de qualquer outra forma. Normalmente é feito em autossuficiência, durante o dia e noite. Existe grande solidariedade e respeito entre atletas e a própria Natureza.

O ano de 2014, ficou marcado pela presença do Millennium bcp nas mais importantes provas de trail, foi o ano em que a modalidade cresceu 300% com o número de praticante, é com orgulho que dizemos que fazemos parte dos malucos que fez nascer e crescer esta modalidade.

Participamos em 30 provas, com 98 atletas no total de 299 participações com 12.248km percorridos!!!

Destaque para os 100km de Portalegre onde tivemos 10 atletas que terminaram a prova !!

## TRIATLO

2014 foi mais um ano onde o interesse pelo Triatlo continuou a crescer junto dos nossos associados, tendo registado o licenciamento de seis novos atletas e que em conjunto com os “repetentes” permitiu atingirmos as duas dezenas de licenciados.

Ao longo da época participámos em cerca de uma dúzia de provas, sendo a maioria triatlos, mas também estivemos presentes em duatlos e aquatlos.

Ao nível dos Duatlos, contámos com as habituais participações no Jamor, na abertura da época de 2014 e depois nas Lezírias, duas provas com tradição ao nível do Duatlo.

No Aquatlo estivemos mais uma vez presentes através do João Silva, que conseguiu conquistar o 3º lugar do seu escalão no Campeonato Nacional Individual, na prova realizada em Coruche. Esta classificação valeu a presença na gala dos 25 anos do Triatlo, onde recebeu o prémio relativo à classificação alcançada.

Ao nível das provas de triatlo são de destacar as presenças nas provas do Estoril e Oeiras, que mais uma vez foram uma oportunidade para alguns associados experimentarem pela primeira vez a participação neste desporto.

Ainda ao nível do triatlo, importa destacar mais uma presença no Half Ironman de Lisboa, onde contámos com as participações individuais e com a habitual equipa de estafetas. Foi um ano de record de participações individuais, tendo ainda estado representados na prova Olympic, pelo Bruno Vaz e Paulo Silva.

Nas estafetas, a tradição manteve-se e uma vez mais a nossa equipa (João Silva / Paulo Fonseca / José Albano) conquistou um lugar de pódio, desta feita o 3º lugar.

Ao nível dos atletas individuais, destacamos a participação pela primeira vez do Miguel Cruz e do Rogério Araújo, que concluíram com êxito as suas estreias na distância.

Estivemos também presentes no Iberman, na distância half, através do Eduardo Ferreira que se estreou nesta distância a título individual.

Por último, mantendo a tradição que se vem repetindo com regularidade nos últimos anos, estivemos presentes numa das provas mais emblemáticas do Triatlo: o Ironman, cujas distâncias parcelares de cada modalidade, são por si só um desafio (3.8 / 180 / 42).

Este ano regressámos a Barcelona para a estreia do Pedro Caeiro e do Rogério Araújo, que concluíram com sucesso a sua primeira participação neste desafio para "ironmans".

## XADREZ

### NORTE

A atividade da Secção de Xadrez do Clube Millennium bcp (Norte), no ano de 2014, resumiu-se à participação em duas competições federadas (a Taça AXP e o Campeonato Distrital por Equipas) e à realização de mais um Torneio Xequês Bancários.

Na Taça AXP, disputada por 25 equipas, foi adotado um novo figurino, tendo passado a haver uma fase de grupos. A nossa equipa ficou-se por essa fase já que o segundo lugar obtido não permitiu a passagem aos quartos-de-final.

#### Taça AXP 2014 - GRUPO IV

Rk	Equipa	1	2	3	4	Des 1
1	GD Dias Ferreira C	*	2	3	3	8
2	Clube Millennium bcp	2	*	½	3	6
	AC Alfensense A	1	3½	*	2	6
4	GX Porto D	1	1	2	*	4

No Campeonato Distrital, disputado em sistema suíço por 17 equipas, o Clube Millennium bcp classificou-se em 4º lugar, em igualdade pontual com o Grupo de Xadrez do Porto "C", que beneficiou de melhor coeficiente de desempate.

O 5º Torneio "Xequês Bancários", promovido pela nossa secção com a colaboração técnica e logística do Grupo de Xadrez do Porto, foi um torneio individual disputado em sistema suíço, aberto a jogadores ligados à banca. Nesta edição participaram 13 jogadores oriundos de 5 instituições bancárias. O torneio teve em Mário Massena, do Banco Santander Totta, um claro vencedor, já que nas 6 jornadas disputadas apenas concedeu um empate. Foi a sua terceira vitória, nas 5 edições dos Xequês Bancários.

Seguiram-se três jogadores com 4 pontos, tendo os critérios de desempate determinado a atribuição dos restantes dois lugares do pódio a Pinto Monteiro e Manuel Gonçalves, ambos do Millennium bcp, ficando Álvaro Brandão em 4º lugar.

Classificação Final				
Clas.	Nome	Banco	Pts	Des.
1º	Mário Massena	BST	5½	20
2º	Pinto Monteiro	MBCP	4	15
3º	Manuel Gonçalves	MBCP	4	12
4º	Álvaro Brandão	BBPI	4	10
5º	Brandão Pinho	BP	3,5	15
6º	José Lopes	CGD	3	12
7º	Mário Marques	MBCP	3	12
8º	Eduardo Ferreira	MBCP	3	11
9º	José Martins	BBPI	3	7,5
10º	Artur Almeida	MBCP	2,5	7,5
11º	Romualdo Silva	BBPI	2,5	6

12º	Orlando Teixeira	BBPI	2	7
13º	Bernardino Pereira	MBCP	1	6

## YÔGA

### NORTE

A modalidade Yôga é uma filosofia milenar que pressupõe a prática de exercícios físicos que dão vitalidade e reforçam a estrutura muscular, permitem obter mais força e flexibilidade e corrigir a postura; alia a isso exercícios respiratórios evolutivos, técnicas de purificação orgânica, técnicas de relaxamento e técnicas de concentração e meditação.

O Clube MBCP iniciou esta atividade no mês de Outubro de 2013, após uma aula experimental que teve resultados muito positivos. Foi necessário abrir uma segunda turma e temos um total de 21 alunos com visitas regulares à sala de aula o que permite que sejamos cada vez mais praticantes desta filosofia. Ambas as turmas têm participantes de idades compreendidas entre os 30 aos 65 anos de idade.

Neste ano letivo, optamos por manter apenas duas aulas semanais, visto que conseguimos encher a sala com este máximo de alunos. No caso de mais pessoas aderirem teremos de repensar a periodicidade.

A atividade prossegue no ano de 2014/2015 após a inscrição de alunos do ano anterior e também de cinco pessoas novas.

A relação criada com os alunos mantém-se próxima e mantemos uma página na rede social Facebook, apenas para acesso dos colaboradores em que trocamos algumas informações e também pela troca de emails que tem sido mais fluente.

Uma vez que o Clube não realizou festa de Natal, no mês de Dezembro, a turma de yôga organizou um jantar de Natal num restaurante vegetariano, em Matosinhos, denominado Da Terra. Em Março iremos ter novo jantar organizado pelo grupo em local ainda a designar.

Para a prática de yôga o Clube investiu em colchões próprios para a atividade o que melhorou significativamente a performance e trabalho físico dos alunos, como comprovam as fotografias abaixo.

### LAZER E TEMPOS LIVRES

#### AQUARIOFILIA

Na secção de Aquariofilia, o ano de 2014 foi marcado pela atividade efetuada em parceria com o Oceanário de Lisboa.

Participaram 100 Associados de todas as idades nas visitas guiadas à exposição permanente, aos Bastidores e à exposição temporária "Tartarugas Marinhas. A Viagem."

Este evento permitiu visitar zonas que habitualmente se encontram interditas ao público.

#### ENOFILIA

#### LEIRIA

##### Eventos:

Foram dois os eventos organizados pelo Clube Millennium bcp, destinados aos associados do distrito de Leiria, no ano de 2014.

No primeiro fim de semana de Julho, cerca de 50 associados rumaram ao centro do País, mais propriamente, a Coimbra e Aveiro.

Na cidade dos estudantes, houve descida do Mondego em Kayak, tenho sido para muitos o batismo neste tipo de atividade, e visita aos principais locais da cidade.

O segundo dia foi passado na fantástica cidade de Aveiro, apelidada de “Veneza Portuguesa”, com visita ao Centro de Ciência Viva da Universidade de Aveiro, onde miúdos e graúdos desfrutaram, e de que maneira, das iniciativas promovidas localmente, em ambiente de laboratório deram-se os primeiros passos na aprendizagem de como fazer creme para as mãos, e também de como passar do grão ao pão.

Durante a manhã, e com o S. Pedro primeiro a ameaçar e depois a colaborar, o grupo fez o clássico passeio nos tradicionais moliceiros pelos canais da cidade.

Antes do regresso e como não podia deixar de ser, o tempo foi dedicado ao comércio local, ou não estivéssemos nós na “capital dos ovos-moles”.

No dia 21 de Setembro, realizou-se uma caminhada temática, intitulada de “Rota do Milho, na zona serrana de Porto de Mós, a qual contou com 80 participantes, e foi organizada em conjunto com os colegas da secção das Caminhadas do Clube, excelente momento de convívio entre os participantes.

## VIAGENS E PASSEIOS

### NORTE

No ano de 2014 realizaram-se as seguintes viagens: Itália Clássica, Cruzeiro aos Fiordes da Noruega, Picos da Europa e Astúrias, Rússia (S. Petersburgo e Moscovo) e Cruzeiro ao Brasil com um total de 115 Associados.

Por questões de segurança e quase em última hora, não se pode concretizar ida programada a Israel/Jordânia, com 21 participantes inscritos. As restantes viagens não tiveram inscrições suficientes para a sua realização.

O número de participantes foi inferior ao de anos anteriores mas temos esperança que os anos futuros serão mais promissores.

### ITÁLIA

25 Associados viajaram de 10 a 17 Maio pela ITALIA, visitando Veneza, Pádua, Pisa, Florença, Siena, Assis e Roma.

O grupo fez o percurso da Itália Clássica começando por Pádua, onde teve oportunidade de ver o Tumulo e a Capela das Relíquias do nosso Santo António, seguindo-se a “Pérola do Adriático” e depois Pisa, onde a Torre, que parece ter sido propositadamente inclinada, tem um lugar de destaque e em dias seguintes para a renascentista Florença, ao que se seguiu Siena, Assis, terminando na imperial e eterna Roma e na cidade do Vaticano com o incomparável Museu e Capela Sistina.

Os participantes vieram maravilhados com uma Itália, com tão longas e gloriosas tradições e histórias, testemunhadas pela imensidão de monumentos, catedrais, igrejas e locais arqueológicos.

### CRUZEIRO AOS FIORDES DA NORUEGA

De 6 a 14 de Junho 19 “marinheiros” desfrutaram a bordo do luxuoso MSC Poesia a beleza dos fabulosos e espetaculares Fiordes da Noruega começando pela linda e maravilhosa cidade dinamarquesa de Copenhague. Nos dias seguintes viajaram até ao porto alemão de Warnemunde e por fim pelas águas e fiordes da Noruega, visitando as cidades de Bergen, Flam e Geiranger

### PICOS DA EUROPA E ASTÚRIAS

Esta viagem decorreu de 25 a 30 de Junho com 18 Associados seguindo o percurso de Cidade Rodrigo, Valladolid, Burgos, Bilbao, Santander, Torrelavega, Santilana del Mar, Gijón, Oviedo, León e Salamanca. O grupo teve oportunidade de visitar o Museu Guggenheim, edifícios do

renascimento, palácios, igrejas e catedrais em várias cidades de Espanha. Como o número de participantes não seria suficiente para que o passeio se efetuasse em moderno autocarro, a Agência selecionou outros interessados não sócios do Clube e o grupo foi muito cumpridor, sendo o sentimento geral que a viagem correu muito bem, com guia e motorista de excelência.

## RUSSIA – S. PETERSBURGO E MOSCOVO

Com 15 participantes do Clube, juntos com outros da Agência, o grupo viajou para a Rússia, de 21 a 27 de Julho, visitando S. Petersburgo, fundada por Pedro O Grande em 1703, sendo uma das mais belas e ricas cidades do mundo e que foi residência oficial dos Czares e ainda a cidade de Pushkin, onde se encontra o Palácio de Catarina A Grande. Os viajantes seguiram em comboio rápido para Moscovo, sendo o Kremlin a grande atração.

## CRUZEIRO AO BRASIL

De 25 de Novembro a 14 de Dezembro 38 associados conviveram durante 18 dias no cruzeiro transatlântico do navio Costa Fabulosa, passando por Cádiz, Tanger, Málaga, Santa Cruz de Tenerife, Recife, Maceió, S. Salvador da Baía, Ilheus e Rio de Janeiro. Nesta última cidade maravilhosa permaneceram 2 dias para visitas a locais belos, majestosos e históricos.

## SUL

Eventos realizados:

Campo Maior, Elvas e Olivença – 15 e 16 de Março – 39 participantes

Viagem muito participada com visita à Adega Maior, um projeto de Siza Vieira e em que o Sr. Nabeiro, proprietário da Adega nos honrou com a sua presença. Tarde em Elvas com visita à Cidade do Forte e uma Fábrica de Ameixas. No dia seguinte visitámos Olivença em que a presença Portuguesa é uma realidade, terminando no centro histórico de Badajoz sempre acompanhados por um guia com enormes conhecimentos da região. Viagem que deixou enorme satisfação nos Associados.

Salinas de Rio Maior/Aljubarrota/Batalha – 22 de Março – 35 participantes

Com um número de participantes que excedeu as expectativas, visitámos as “Marinhas de Sal” cujo sal-gema é aproveitado desde a pré-história. Visita ao Mosteiro de Alcobaça, Aljubarrota e Centro de Interpretação da Batalha de Aljubarrota terminando a viagem com visita ao Mosteiro da batalha. Viagem do agrado dos Associados.

Coimbra – 10 de Maio – 32 participantes

Visita à bonita cidade de Coimbra com pontos altos na Universidade e na Biblioteca Joanina situada no pátio da Faculdade de Direito. Após um almoço, que a todos agradou, passámos pelo Penedo da Saudade e “Baixa” da Cidade de Coimbra a caminho do “Basólias”, que nos proporcionou um agradável passeio no Mondego. Viagem com elevado grau de satisfação dos participantes.

Porto- 24 e 25 de Maio -27 participantes

Viagem à Cidade Invicta com início no Convento de S. Francisco, Monumento Nacional e Património Mundial da Unesco. Após almoço regional a tarde foi preenchida pelo Centro Histórico do Porto em que se destaca a Sé, os Clérigos e o Palácio da Bolsa que a todos surpreendeu pela sua beleza. À Noite visita a umas Caves do Vinho do Porto que incluiu um jantar num ambiente exclusivo permitindo um convívio muito agradável dos participantes. No último dia tivemos a manhã dedicada a Serralves e um almoço a bordo de um barco típico do Douro fazendo o percurso das seis pontes. Viagem que excedeu as expectativas dos participantes.

Trás-os-Montes – 12 a 15 de Junho – 43 participantes

Viagem mais participada do ano que correspondeu às expectativas dos participantes. Como primeiro destino a cidade de Bragança com passagem pelo Folgoso para visitar o famoso Restaurante o “Albertino”. Rio de Onor, Miranda do Douro com um passeio maravilhoso no Douro Internacional foram pontos altos na região. Trancoso e Foz Côa anteciparam a “cereja no topo do bolo” ou seja a visita à região das cerejas em Alcongosta onde colhemos e

saboreámos o famoso fruto. Terminámos no Restaurante “O Alambique” para apreciar a gastronomia da região. Viagem muito preenchida em ambiente excecional com muito agrado dos participantes.

Palma de Maiorca – 08 a 15 de Julho – 24 participantes

Tendo como objetivo principal a praia, a viagem e estadia decorreu com normalidade e foi do agrado dos participantes. Disfrutaram de um Hotel de qualidade com praia privativa. As águas quentes e a beleza da ilha proporcionaram uma semana maravilhosa.

Budapeste – 20 a 24 de Setembro – 13 participantes

Bonita e antiga cidade do centro da Europa em que a história se cruza com a sua enorme beleza natural. O Danúbio serpenteia pela cidade dando-lhe um encanto especial.

Índia - a Magia do Rajastão e Goa – 04 a 17 de Outubro – 36 participantes

Viagem em que o número de participantes excedeu em muito as expectativas iniciais. Um País com uma história secular com palácios imponentes e paisagens maravilhosas proporcionou uma viagem de sonho aos Associados. A ida a Goa em que ainda se nota significativamente a presença Portuguesa culminou um percurso que obteve elevado grau de satisfação.

Realização de 8 viagens, movimentando cerca de 250 Sócios.