



O que é o Corporate Challenge Lisbon Triathlon?

É uma competição de triatlo na vertente de estafetas, destinadas ao tecido empresarial, ou seja as Empresas apresentam um nadador, um ciclista e um corredor.

Eis a visão da prova pelo prisma do "ciclista", da equipa.

O evento exigiu a entrega do material na sexta-feira, ou seja obrigou que saíssemos mais cedo do emprego, para nos colocarmos na fila de entrega das 600 bikes das diversas provas que iriam disputar-se no dia seguinte. (Half IM, Olympic Plus e a referida prova por estafetas.)

A minha bike ficou mesmo perto da saída do parque, ou seja à chuva L.

Mal entreguei a bike, pensei, "vamos lá cumprir o plano" que era: Casa >> Comer bem >> Confirmar o material >> Deitar cedo.

Às 11.30 já estava a dormir, pois era obrigatório levantar as 5.30 >> Comer MUITO >> E arrancar rápido para a expo.

Contudo, eram ainda **3.10 ... e acordei!!!**
Bolas !!!



Pois é, estas coisas de competir, afecta a todos. Tenham muita ou pouca experiencia, calmos ou ansiosos, com ou sem ambições classificativas, acho que não há ninguém que fique imune ao stress pré-competitivo.

Mal acordei desconfiei logo que, mesmo não estando nervoso, já ia ser muito difícil adormecer outra vez.

Deitado, comecei a “visualizar o percurso”, a meditar se estivesse a chover durante a competição, se iria arriscar e fazer toda a prova inclinado nos avanços da bike, (curvas, bandas sonoras, descidas), ou se iria ter juízo, e não iria arriscar tanto como o ano passado.

Imaginava se iria pautar a prova pela média de velocidade, entanto manter um ritmo sempre constante, ou se ia decidir na altura ?

No fundo eu já sabia que estava a perder horas de sono, pois até tinha a certeza de qual iria ser a "estratégia":

A) Contar os que vão conseguir sair à minha frente na bike, e ir atrás deles!!

Era esta a “estratégia” que ia seguir, tentando que o “motor” não estourasse!

Para quem já fez estafetas, percebe melhor esta sequência de conceitos:

B) Quando a prova é individual e a classificação conta só para nós, temos pressão sim, mas é a que queremos colocar.

C) Quando a prova é por equipas/estafetas, se a equipa tem ambições classificativas, quando alguém antes de nós já deu tudo pela equipa e temos ainda alguém à nossa espera ... isto multiplica o stress e a pressão até ao fim.

Já com o ritmo cardíaco diferente, levantei-me e só “pra espreitar o tempo” ...

- 4 da manhã, estava uma noite tranquila, um pouco fria para Maio, **mas sem vento!**

Só queria que a prova começasse já, para aproveitarmos a ausência de vento e chuva. Se desta vez acertam na previsão meteorológica, "vai doer"!

7.48 - Começa a prova, já chovia e o vento já estava muito mal disposto ... bolas que desta vez acertaram em cheio e está mesmo alerta amarelo, ou pior.

Temperatura 14 graus, logo a água da chuva a cair muito fresquinha no nosso corpo, muita água, sem parar, com rajadas de vento, logo vai incrementar o frio



e todos vão gelar pensei eu. Resultado antes que a Joana chegue, deixa-me mudar o equipamento e coloquei uns manguitos e um casaco de bike, senão iria gelar nas descidas a 60 à hora.

No parque de transição das estafetas, todos os 34 ciclistas, querem ficar à frente.

Querem ser os primeiros a identificar o nadador da sua equipa e demorarem o mínimo possível na transição.

Os que achavam que o seu nadador iria chegar primeiro exigiam a melhor posição, na “pole position”.

Eu já os tinha visto todos perto das suas bikes; Pela sua morfologia física, pelo aquecimento que tinham feito, pelos equipamentos e bike, pelo modo que coloram o dorsal na bike e pela ansiedade na linha de partida, era fácil perceber, quais os que tinham ambições classificativas, e fiquei a “torcer” que não fossem aqueles 3 a sair na frente.

Mesmo que a prova seja longa, os momentos iniciais são os de maior stress. Tudo salta, tudo esta nervoso.

Eu ... só queria era um bocadinho se Sol.

Quando me sentasse na bike, logo me viriam os nervos todos, até agora tudo bem..

Dois ciclistas, comentavam que a equipa (Millennium) **era a única que tinha uma rapariga**, e se a rapariga seria mesmo do Banco. Se a equipa seriam mesmo todos Bancários “à seria” ... , uma vez que aquela equipa tinha ganho com muito avanço em Cascais.

Sorri e confirmei, sim somos duas equipas de estafetas, mais de 20 no HIM, e tirando um ou outro Familiar, somos todos “bancários à seria”!!! Daqueles que trabalham nas Sucursais, ou nos Serviços Centrais, com muitas horas de dedicação por dia ao Trabalho “à seria”!!!

E neste calmo dialogo, chega o primeiro nadador e ... bolas,. os dorsais da estafeta são brancos, iguais aos dorsais do Half, logo vai ser muito mais difícil conseguir controlar quem está na mesma prova que nós, percebendo em que lugar estamos no segmento da Bike.



Viva o seu tempo livre.



Rapidamente a confusão instala-se, chamam e gritam pelo seu companheiro de equipa, e não tive mais tempo para pensar, pois já vinha a Joana pela rampa de saída a correr e a endossar-me a responsabilidade/testemunho,

Monto a bike totalmente molhada e à chuva e lá fui eu já no “red line”.

Primeira curva e vejo um a cair, segunda curva .. **outro**, mas esta queda já deve ter doído, ... hum isto está mesmo bom .. quedas, curvas, rotundas, dorsais todos brancos, não vai ser fácil controlar todos das estafetas, pois mesmo não havendo roda, juntam-se pequenos grupos e é difícil olhar para meia dúzia de bikes e conferir se está lá algum das estafetas.

Logo na primeira volta fiquei com a sensação que tinha alcançado os concorrentes e sabia que o André Januário, não é atleta para se deixar ultrapassar por um qualquer, mas ... havia que continuar a trabalhar!

Vejo o Pedro Martins a incentivar-me, mas eu queria mesmo é perguntar-lhe se sabia dizer-me em que lugar estávamos... mas a chuva era tão copiosa, e o vento tão forte que o admirava de estar ali gente à chuva a motivar-me.

Bem resumindo, percebi que ia fazer um tempo pior que o ano passado, mas as voltas de regresso (contra o vento), estavam com uma dureza épica e os pneus pareciam que não rolavam, quase a colarem-se ao chão.



Bem na verdade já em casa, quando fui arrumar a bike, percebi que o pneu traseiro estava todo em baixo, ☹, ou seja provavelmente não estive a rolar com a pressão adequada. ☹



Nas vésperas da prova, o valente Pedro Martins lesionou-se e encontrou um outro Valente, de nome André Januário para o substituir na corrida, ...

Só que não nos conhecíamos, e como ele não precisava de ir para a Expo as 6.30, no fundo eu iria entregar o Testemunho a quem não conhecia ☺.

Ou seja no final da bike sorria pensando: "ora bem agora vou entregar o testemunho a quem nunca vi.. com esta chuva e frio não deve trazer o nosso equipamento e ainda vou ter que andar a gritar pelo nome J .."

Mas não, correu tudo bem, estava na linha de partida, ainda deu para nos apresentarmos e lá seguiu forte em direção à meta.



Fortes prestações da Joana, do André e com aqueles incentivos do Pedro Martins, conseguimos este ano ganhar na Expo, com 9 minutos de avanço para a segunda equipa.

Agradeço o forte empenho da minha equipa o apoio do Clube, nesta vitória que é nossa.

Até Cascais,
Vamos estar ainda melhor!!!