Relatório e Contas 2017

Lisboa, 09 de abril de 2018

e-mail: clubemillenniumbcp@millenniumbcp.pt
Tel. internos - Delegação Norte: 7040070 | Delegação Sul: 7131020
Calçada de Palma de Baixo, 6A (Edif. Palma) • 1600-176 LISBOA • Tel. 211 131 020 • Fax.211 101 234
Rua Sá da Bandeira, 135 • 4000-433 PORTO • Tel. 220 040 070 • Fax. 220 023 992
www.clubemillenniumbcp.pt

Introdução

O Clube Millennium bcp (CMBCP) proporciona aos Sócios no ativo e aos reformados, bem como às suas famílias, atividades que enriquecem os tempos livres, Desportivas, Culturais, de Lazer, Benefícios/ Protocolos, ao longo de todo o ano.

São 35.557 os Sócios e seus agregados, ascendentes e descendentes diretos (cônjuges, filhos/enteados, pais, noras e genros) que beneficiam da oferta do Clube, sendo que 11.663 são Sócios efetivos, no ativo e reformados, de todo o continente e ilhas.

O Clube em 2017 lançou 478 atividades com uma adesão que retrata o elevadíssimo interesse dos Sócios e das suas famílias, tendo obtido 20.116 participações, sendo 8.958 relativas às festas de Natal, distribuídas da seguinte forma aproximada: 60% participações em eventos Culturais, 35% de desporto e 5% de Lazer e Tempos Livres.

A Comunicação permanente e multicanal com os Sócios, assume um papel determinante na divulgação do Clube, dado o dinamismo da oferta (em média quase 40 ofertas por mês), para além das notícias que relatam os eventos ocorridos. O site do Clube é um dos pilares fundamentais na interação com os Sócios, complementado pelos emails semanais e pela Newsletter mensal.

No Site do Banco foram divulgadas reportagens realizadas pela Millennium TV a eventos de relevo do Clube, para além da habitual divulgação das Novidades do Clube e Benefícios, que obtêm sempre lugares de pódio no ranking de leitura. Com a colaboração indispensável da Direção de Comunicação, foi produzido o 1º filme institucional do Clube e filmes de divulgação de 12 modalidades que podem ser revisitadas na galeria do site do Clube.

O processo de transformação digital do Clube teve novos desenvolvimentos em 2017, possibilitando que os Sócios na área "O Meu Clube" realizem a gestão de convidados, consultem as inscrições, desistam sem custos, personalizem alertas de atividades do seu interesse e possam receber mini Newsletters personalizadas. 547 Sócios já aderiram à Gestão de Alertas.

Em 2017, quisemos conhecer a avaliação, opiniões e sugestões dos nossos Sócios e das suas famílias e obtivemos um resultado que consideramos demonstrativo da satisfação, do envolvimento e interesse dos nossos Sócios pelo Clube: 1.217 respostas, uma avaliação global da oferta do Clube em termos de iniciativas e atividades de 97,29% (numa escala de 1 - má a 5 - muito boa) e grau de recomendação do Clube a um amigo ou colega de 96,14% (numa escala de 1 – não recomendaria a 5 - recomendaria). A avaliação, satisfatória, muito satisfatória e excelente, dos diferentes tipos de iniciativas também foi muitíssimo positiva: Cultura - 81,9%, Benefícios – 82,74%, desporto – 79,2% e Lazer e Tempos Livres 75,64%.

Introdução

Agradecemos a participação dos nossos Sócios.

Mais do que analisar o passado queremos projetar o futuro do Clube juntamente com os nossos Sócios!

Assinala-se o fato de ter sido possível manter uma gestão financeira equilibrada, resultando um valor positivo da atividade de cerca de 15.250€, continuando assim o nosso Clube a ser igualmente sólido do ponto de vista económico.

O Clube Millennium bcp comemora 16 anos de existência em 2018 mas foi em 2017 que começaram as celebrações!

As celebrações e as iniciativas de convívio entre Associados conheceram diversas formas de manifestação.

A realização da Gala da Delegação Norte, em que se prestou homenagem aos Associados que evidenciaram grande dedicação ao serviço do Clube, merecedora de público reconhecimento (60 Sócios).

No dia 8 de outubro realizou-se a 1ª Corrida do Clube Millennium bcp, corrida solidária de apoio à MAKE a WISH, com um Padrinho de Excelência, o Carlos Lopes, que nos congratulamos ter tido a adesão de mais de mil participantes e em que cerca de metade (460) eram Sócios do Clube.

A Exposição do Clube Millennium bcp, preparada com a colaboração de muitos Sócios, reuniu um espólio representativo que dignifica a História do Clube e os Clubes dos Bancos que lhe deram origem, com inauguração no Encontro de Associados, no dia 20 de janeiro de 2018.

O VI Concurso Nacional de Fotografia lançado para que os muitos Sócios apaixonados pela Fotografia pudessem responder a este desafio e em que os premiados viram os trabalhos devidamente reconhecidos, expostos e divulgados a todos, após a entrega de prémios no Encontro de Associados no dia 20 de janeiro de 2018.

O Encontro de Associados do Clube Millennium bcp que entretanto se realizou no dia 20 de janeiro de 2018 no Centro de Congressos de Lisboa (CCL, ex-Fil na Junqueira, Lisboa) e que foi o culminar desta Comemoração e o ponto de partida para o Clube continuar a servir os Seus Sócios por muitos mais anos!

O Clube tem presente e valoriza a vertente solidária das iniciativas em que participa e /ou organiza ao longo do ano. Na Festa de Natal do Coliseu dos Recreios de Lisboa foi entregue um donativo de €8.500 à MAKE a WISH e oferecidos 1.560 bilhetes a crianças de Instituições de Solidariedade Social para espetáculos dos Circos de Lisboa e Porto.

Entidade	**Clube Millennium BCP-Associação Cultural e Desportiva**
Morada	CC da Palma de Baixo - Edificio Palma, nº6 - A
Codigo Postal	1600-176 Lisboa
NIPC	505,675,340

BALANÇO 2017

Balanço em 31 de Dezembro de 2017 — Un:Euros

	RUBRICAS	NOTAS	DATAS 31-dez-17	DATAS 31-dez-16
	ACTIVO			
	Activo não Corrente			
43+453-459	Activos Fixos Tangíveis	1)	17.226,72	21.265,44
113+4123+4133+4142+415-419+451+454-45	Outros Activos Financeiros-FCT		194,34	194,34
	Sub-Total		17.421,06	21.459,78
	Activo Corrente			
32+33+34+35+36+39-38	Inventários - Equipamentos		47.462,17	49.567,45
24	Estado e Outros Entes Públicos	5)	2.990,81	3.088,87
232+238-239+2721+278-279	Outras contas a Receber	2)	54.725,94	10.526,85
281	Diferimentos			1.821,00
11+12+13	Caixa e Depositos Bancários		703.632,29	686.225,39
	Sub-Total		808.811,21	751.229,56
	Total do Activo		**826.232,27**	**772.689,34**
	CAPITAL PRÓPRIO E PASSIVO			
	Capital Próprio			
51-261-262	Capital Realizado		700.000,00	700.000,00
552	Outras Reservas		582,00	582,00
56	Resultados Transitados		(79.844,82)	(138.899,59)
818	Resultado Líquido do Período		15.235,64	58.203,11
	Total do Capital Próprio		**635.972,82**	**619.885,52**
	Passivo			
	Passivo não Corrente			
29	Provisões		1.000,00	1.000,00
	Sub-Total		1.000,00	1.000,00
	Passivo Corrente			
221+222+225	Fornecedores		144.412,15	58.578,24
24	Estado e Outros Entes Públicos	3)	4.740,37	4.688,03
231+238+2711+2712+2722+278	Outras Contas a Pagar	4)	40.106,93	86.907,55
282+283	Diferimentos		0,00	1.630,00
	Sub-Total		189.259,45	151.803,82
	Total do Passivo		**190.259,45**	**152.803,82**
	Total do Capital Próprio e do Passivo		**826.232,27**	**772.689,34**

Lisboa 21 de Março de 2018 — O Contabilista Certificado — A Direcção

CC:28455 - NIF:117755273

Notas:

1) - Valor líquido do ativo fixo tangivel

2) - Este valor é o somatório das seguintes contas:

2721 - Acrescimo de proveitos - 5,731,50

27841 - Devedores diversos CGI - 1,007,05

27849 - Diversos - Outros - 53,273,27

2792 - Imparidades n/ correntes - (-) 5,285,88 €

3) - Valor a pagar de Impostos do mês de Dezembro:

2421 - IRS Trabalho dependente - 839,00 €

2422 - IRS Rendimentos profissionais - 1,910,35 €

2452 - Segurança Social - 1,991,02 €

4) - Este valor é o somatório das seguintes contas:

27222 - Remunerações a liquidar (ferias e subsidio de ferias) - 12,864,00 €

27229 - Outros acrescimos de custos - 16,232,94€

27842 - Atividades desportivas-Dir Nacional - 288,00

27843 - Lazer e Tempos Livres-Dir Nacional - 7,509,50

27849080 - D27/PRIO - 3212,49

5) 2456 - Segurança Social-Penhora - 2,926,64€

2417 - IRC a recuperar - 64,17€

Entidade	**Clube Millennium BCP-Associação Cultural e Desportiva**
Morada	CC da Palma de Baixo - Edificio Palma, nº6 - A
Codigo Postal	1600-176 Lisboa
NIPC	505,675,340

DEMONSTRAÇÃO DE RESULTADOS 2017

Demonstração de Resultados em 31 de Dezembro de 2017 Un:Euros

	RENDIMENTOS E GASTOS	NOTAS	SINAL	DATAS 31-dez-17	DATAS 31-dez-16
71+72	Vendas e serviços Prestados		+	715,00	823,50
75	Subsídios à Exploração		+	400.000,00	400.000,00
61	Custos das Mercadorias Vendidas e das Matérias Consumidas		-	(462,59)	(744,54)
62	Fornecimento e Serviços Externos		-	(473.336,88)	(400.091,99)
63	Gastos com o Pessoal		-	(107.803,42)	(132.957,28)
7622-652	Imparidade de Inventários (perdas / reversões)		-/+	0,00	(10.000,00)
78(exct 785)+798	Outros Rendimentos e Ganhos		+	208.212,71	218.480,74
68(exct 685)+6915+6918+6928+6988	Outros Gastos e Perdas		-	(8.434,76)	(13.891,67)
	Resultado antes de Depreciações, Gastos de Financiamento e Impostos			**18.890,06**	**61.618,76**
761-64	Gastos / Reversões de Depreciação e de Amortização		-/+	(4.938,71)	(6.619,55)
	Resultado Operacional, antes de gastos de Financiamento e Impostos			**13.951,35**	**54.999,21**
791	Juros e Rendimentos Similares Obtidos		+	1.625,68	4.055,56
6911+6921+6981	Juros e Gastos Similares Suportados		-	0,00	0,00
811	**Resultado Antes de Impostos**			**15.577,03**	**59.054,77**
812	Imposto Sobre o Rendimento do Período		-	(341,39)	(851,66)
818	**Resultado Líquido do Período**			**15.235,64**	**58.203,11**

Lisboa 21 de Março de 2018 O contabilista certificado A Direcção

CC:28455 - NIF:117755273

Diretor Fernando Maia / Seccionistas Carlos Mega, Firmino Matos e J. Teixeira (Nacional) / Maestro António Augusto Saraiva Leitão

Em 2017 o Coro do Clube Millennium bcp dirigido pelo Maestro António Leitão, participou em 5 eventos, iniciativas do Clube ou a convite de outras entidades.

Com 43 anos de atividade congratulamo-nos com os aplausos do público e as palavras de elogio que habitualmente nos são dirigidas.

Lisboa - Igreja do Beato – Concerto de Ano Novo. A convite da Paróquia de São Bartolomeu do Beato, o Coro do Clube efetuou um concerto de Ano Novo com a presença de muito público. Após o mesmo, o Coro solenizou a missa. No final, o Prior da Igreja agradeceu a nossa presença e teceu largos elogios ao Coro e ao seu Maestro pela tarde cultural que proporcionámos.

Lisboa - Nave do Museu do Dinheiro (antiga Igreja de S. Julião). Foi neste magnífico espaço que decorreu o XIV Concerto de Reis (coros bancários). Ao longo de 2 horas os coros participantes apresentaram o seu programa alusivo à época, cabendo ao Coro do Clube encerrar a sessão. O público encheu a Nave do Museu do Dinheiro e demonstrou o seu reconhecimento com aplausos.

Lisboa - Salão Nobre da Academia de Ciências de Lisboa – Este foi o III Concerto de Primavera e da Poesia (coros bancários) complementado no intervalo de cada atuação por poemas ditos por António Leitão e Celestino Silva. Grande adesão do público!

Lisboa - Auditório do Colégio São João de Brito – XXV Encontro de Coros Bancários. Iniciativa do Pelouro da Cultura do S.B.S.I que comemorou 25 anos sem interrupção.

O Concerto de encerramento da atividade do Coro do Clube, tornou-se já uma tradição com grande impacto junto do público o qual, mais uma vez encheu a Basílica dos Mártires. Os aplausos com que presentearam o Coro à medida que o Concerto decorria, foram prova 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) continuou a ser a "fórmula" para o sucesso deste evento.

Curso de Introdução à Arte

Diretor Fernando Maia (Nacional)

As aulas de Arte no Clube Millennium bcp no ano letivo 2016/2017 foram muito positivas, continuando com o variado leque de estilos de Desenho e Pintura e a introdução de "novas" técnicas: pintura a óleo dos séculos XVI em diante, assim como iluminura Oriental, entre outras.

Existiu um programa geral para iniciados, no entanto, os próprios alunos acabaram rapidamente por desenvolver as áreas que mais os motivam. Conheceram também um conjunto de técnicas modernas e contemporâneas, em que se desenvolve a fusão de variados materiais de arte (e não só). As apresentações por parte do formador, o Mestre Alexandre Caetano a respeito de diferentes estilos e temáticas artísticas (ou visitas de estudo), foram muito úteis para cada participante enquadrar a sua prática.

Foram iniciadas este ano aulas teóricas sobre o tema da História de Arte em Portugal. Existiu não só a principal vertente (letiva), mas também um agradável convívio e o desenvolvimento de laços de amizade entre os colegas destas aulas. A satisfação que cada aluno tem na execução das suas obras é um dos mais importantes fatores destas aulas. Por essa razão, aproveitamos para partilhar uma pequena parte das mesmas.

Inúmeros quadros dos alunos do Mestre Alexandre Caetano estiveram patentes no Edifício 5 de 20 a 30 de março de 2017 na Exposição Anual de Pintura no Tagus Park.

Os alunos das aulas de arte foram convidados a participar na Exposição patente no Encontro de Associados do Clube Millennium bcp no âmbito das Comemorações do 16ª Aniversário do Clube.

Curso de Introdução à Arte

Realizámos uma visita de estudo à exposição de Almada Negreiros na Gulbenkian guiada pelo Mestre Alexandre Caetano e realizada a 26 de maio que permitiu juntar duas diferentes áreas da arte: práticas/técnicas com teóricas.

A visita à exposição "José de Almada Negreiros - Uma Maneira de Ser Moderno" fez sentido neste contexto, pois a prática e a teoria são essenciais quando entendidas em conjunto; permitem situar-nos em termos da obra do artista que abordou tão variado tipo de técnicas. Permitem também contextualizar a sua prática artística.

Almada Negreiros é um nome abordado nas turmas práticas e na turma teórica. Foi um momento especial, agradável, com a habitual partilha de saberes e afetos por parte de todos.

O Clube lamenta o falecimento do Mestre Alexandre Caetano que todos admiravam e estimavam.

Cursos de Línguas

Diretor Fernando Maia (Nacional) e Patrícia Pereira (Norte) / Professora Ana Cayatte (Inglês) /

Inglês

Em 2017 participaram 69 alunos nas Aulas de Inglês nas instalações do Clube Millennium bcp em Lisboa, na Calçada Palma de Baixo e no Tagus Park.

Diretor Fernando Maia / Professora Begoña Zueras Mendía (Tagus Park) e Professora Maria Isabel Palácios (Lisboa)

Espanhol

56 alunos frequentaram as aulas de Espanhol nas instalações do Millennium bcp no Tagus Park e na Calçada Palma de Baixo (Edifício Palma) em Lisboa, leccionadas por formadoras certificadas: a Professora Begoña Zueras Mendía (Tagus Park) e a Professora Maria Isabel Palácios (Lisboa).

Diretor Fernando Maia / Professor Ricardo Demetrion (Tagus Park)

Mandarim

O Mandarim é a língua mais falada no mundo, com mais de 955 milhões de falantes, havendo cada vez mais pessoas a aprender essa língua ideográfica. É também verdade que a China é neste momento a segunda maior economia do mundo. A sua importância é real nesta aldeia global.

O objetivo deste curso é dar a conhecer noções básicas sobre a língua (caracteres chineses, traços básicos, ordem de escrita, tons e fonética, conversação básica) e a cultura chinesa.

Foram 58 alunos os que em 2017 frequentaram as aulas de Mandarim no Tagus Park.

Diretor Fernando Maia/ Professor Paulo Roberto

Acreditamos que a fotografia é hoje – pelo desenvolvimento da imagem digital – uma das formas mais poderosas de comunicação e criatividade individual. Pretendemos assim, contribuir para o desenvolvimento pessoal de cada Associado do Clube Millennium bcp.

Os cursos de fotografia realizados em parceria entre o WS8A/Studio8A e com o apoio do CMBCP têm por missão oferecer à comunidade fotográfica – amadores e profissionais - um conjunto de cursos e *workshops*, de vários níveis e em diferentes disciplinas.

Os nossos cursos têm por finalidade incrementar as performances técnicas e criativas de cada um e cada uma, independentemente da sua condição etária ou experiência.

Desde a Iniciação à Fotografia, até aos níveis Intermédio e Avançado, passando pelos cursos para Jovens e Adolescentes, não esquecendo os Passeios Fotográficos, temos, ao longo do tempo, abrangido uma diversidade de oferta que pensamos ser importante para todos quantos querem aprender as bases ou seguirem como aficionados ativos.

Em 2017 várias dezenas de Associados ou familiares do CMBCP frequentaram o Curso de Iniciação à Fotografia, Curso Intermédio de Fotografia Nível 2 ou o Curso para Jovens & Adolescentes Verão e Natal.

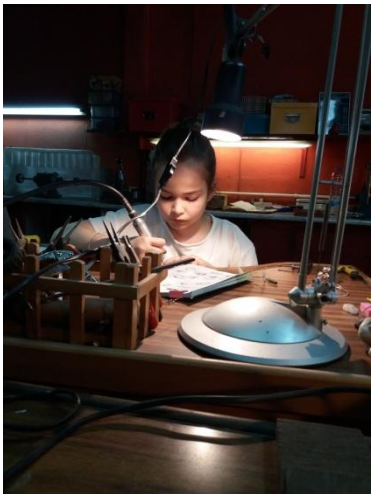
VII Concurso Nacional de Fotografia do Clube Millennium bcp

Recebemos de meia centena de Associados e Familiares mais de duzentas fotografias com base nos temas a concurso: "Paisagem e Natureza", "Fotografia de Rua" e "Atividades do Clube".

A escolha das Fotografias premiadas afigurou-se uma tarefa muito difícil, porque para além de numerosas, tinham muita qualidade.

Estão todos de parabéns! Pela participação, pelo profissionalismo, pela qualidade!

Diretor Paulo Bastos / Seccionista Isabel Oliveira (Nacional) / Professora Raquel Fonseca



Durante o ano de 2017, realizaram-se vários workshops de joalharia na oficina da ourives-joalheira Raquel Fonseca, em Barcarena, e no atelier da ourives-joalheira Tânia Gil, em Santos, Lisboa.

As temáticas dos exercícios abordados resumiram-se ao seguinte:
"Anel 3 alianças" – Execução de um anel com três alianças soltas;
"Pulseira que me define" - Execução de uma pulseira com abertura de mola, personalizada pela colocação de enfeites, palavras e/ou frase;
"Modelação de ceras I" - Criação de uma peça única pela modelação de ceras sobre texturas ou superfícies esculpidas em barro / gesso;
"Modelação de ceras II" – Aplicação das técnicas aprendidas no workshop "Modelação de ceras I", adicionando pormenores e/ou terminações em cera à forma executada (em cera), possibilitando a maquete final (em cera) de onde originará a peça em prata pelo processo de fundição a cera perdida.

A exposição anual de joalharia do Clube Millennium bcp de 2017, intitulada *"Tesouros de Bresa",* teve por objetivo retratar que o que somos e nos tornamos se alicerça na procura contínua do enriquecimento pessoal, aproveitando testemunhos deixados por outros ao longo do tempo. O Tesouro de Bresa, em *Harbatol*, na antiga Babilónia, é exemplo disso.

As peças concebidas por Associados do Clube – Ana Barreiros, Ana Militão, Ana Pais, Ana Pimentel, Carla Silva Carneiro, Cristina Dias Ferreira, Dulce Ramos, Isabel Oliveira, Leonor Soares Branco, Maria Cristina Cardoso, Maria da Graça Cunha, Patrícia Madeira, Rita Constâncio, Rosa Maria Mil-Homens e Vitória Santos - e por monitoras das atividades de joalharia, ambas ourives-joalheiras - Raquel Fonseca e Tânia Gil - patentearam esse intento.

Algumas das joias expostas estiveram à venda, revertendo parte do valor das vendas a favor da Instituição de Solidariedade Social Nossa Senhora Consoladora dos Aflitos.

Diretor Nuno Dias Rosas e Rogério Araújo (Nacional) / Professores Sandra Coutinho, Joana Wagner e Pedro Mata

Em 2017 a Escola de Música continuou o caminho traçado no ano anterior, procurando crescer em qualidade de audição para audição. Os anos da escola não são anos civis e sim anos letivos, pelo que uma análise a 2017 não visa um ciclo completo mas sim o final de um ano e o início do seguinte.

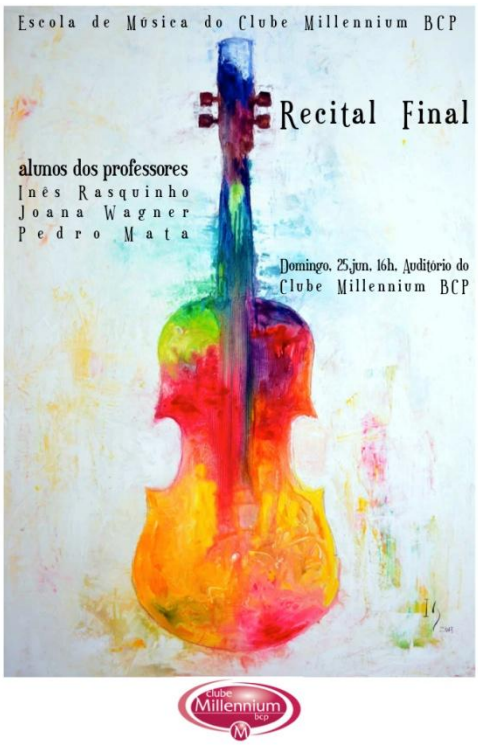
O número de alunos da escola teve pequenas oscilações durante o ano e mantém-se em linha com os últimos anos.

Em Janeiro a escola contava com:
- 21 alunos de Piano (com a professora Joana Wagner)
- 5 alunos de Guitarra (com o professor Pedro Mata)
- 2 alunos de Canto (com a professora Inês Rasquinho)
- 2 turmas de Formação Musical lecionadas pela professora Inês Rasquinho e muito apreciadas pelos alunos integrantes.

Em Dezembro a escola contava com:
- 20 alunos de Piano
- 4 alunos de Guitarra
- 4 alunos de Canto
- 2 turmas de Formação Musical

Em Abril a escola realizou a sua audição da Páscoa nas instalações do Clube Millennium bcp e contou com a participação da quase totalidade dos seus alunos, bem como cerca de 80 pessoas que estiveram presentes para assistir.

Em Maio foi feita a gravação de um teaser promocional das aulas de Piano (com a aluna Rita Noritake) e outro das aulas de Guitarra (com o aluno Ricardo Baptista) pela equipa da Rita Pio - Millennium TV, e em breve será feita a gravação do vídeo para promover as aulas de Canto.



Em Junho realizou-se o recital de encerramento do ano letivo também nas instalações do Clube Millennium bcp. Neste recital a grande maioria dos alunos voltou a mostrar a sua evolução e o trabalho desenvolvido ao longo do ano.

Há a destacar um momento musical que juntou 6 alunas de piano na interpretação da Suite Scheherazade de Rimsky-Korsakov, num arranjo para piano direccionado para uma interpretação juvenil. As alunas Sofia Almeida, Matilde Silva, Ana Rita Fernandes e Madalena Martins tocaram respectivamente o 1º, 2º, 3º e 4º andamentos, e as alunas Mafalda Piño e Mariana Tibério fizeram a narração entre as peças, contextualizando a história da princesa Scheherazade e das "Mil e Uma Noites", bem como as histórias específicas que serviram de mote à composição das peças interpretadas pelas colegas.

Neste recital a assistência esteve perto das 100 pessoas, que celebraram o trabalho de todos os alunos no final do 5º ano letivo da escola no novo formato.

Em Setembro abriu o novo ano letivo com o mesmo corpo docente, que sentimos cada vez mais ser uma "Dream Team".

Em todos os momentos existe partilha e colaboração entre os professores, seja para acompanhamento de alunos em audições, como para a preparação de peças com alunos de instrumentos diferentes em conjunto, e disto acreditamos que resulta o facto de cada vez mais termos alunos matriculados em dois instrumentos.

A nossa Escola procura assim também um ensino multifacetado e que abre horizontes a alunos que possivelmente há 5 anos não imaginavam vir a atuar musicalmente em palco, quanto mais fazê-lo em dois instrumentos diferentes.

Em Dezembro tivemos a 6ª audição de Natal da nossa Escola e foi visível a evolução de alunos que começaram tão pequeninos e agora já tocam músicas "dos grandes", como eles dizem.

Ainda em Dezembro foi feita a preparação para a apresentação da Escola de Música do Clube Millennium bcp na Gala que se realizou em Janeiro no Centro de Congressos de Lisboa, situação para a qual a Escola se apresentou de forma breve com dois momentos musicais distintos:
- a aluna Rita Noritake (piano) interpretou a peça Clair de Lune de Claude Debussy de uma forma emocionante que silenciou a sala durante 5 minutos;
- a aluna Inês Coelho (canto) interpretou juntamente com os três professores a música Haven't Met You Yet do Michael Bublé.

De 2017 salienta-se o sucesso que foram as aulas de Canto (a classe da professora Inês Rasquinho duplicou o número de alunos de uma no letivo para o outro), e o facto de que a grande maioria dos nossos novos alunos virem ter connosco por referência de alunos atuais.

Temos 6 alunos que são pais e filhos matriculados na escola e 10 que são irmãos, seja no mesmo instrumento ou em instrumentos diferentes. Alunos nossos que recomendam a nossa escola e o nosso trabalho: talvez este seja o maior sinal de que caminhamos na direção certa.

O ano de 2018 começou da melhor forma, com mais alunos, alunos novos todos os meses, pais e filhos a tocar juntos e pela primeira vez uma aluna de piano a acompanhar uma aluna de canto numa audição (tarefa normalmente desempenhada pelos professores).

Para o resto do ano prevê-se uma evolução maior em todos os alunos e na escola, procurando sempre o caminho do brio e da dignidade, de forma a que a Escola de Música seja sempre um bom cartão de visita do Banco.

Cultura

Recreativa

1ª Gala da Delegação Norte do Clube Millennium bcp

A Gala que se realizou na Delegação Norte foi o momento mais alto desta Delegação em 2017. Foi sem duvida também um momento muito importante na vida do Clube.

Teve lugar no dia 28 de Janeiro de 2017, na Fundação Cupertino de Miranda, a primeira Gala da Delegação Norte do Clube Millennium bcp.

Tal como foi afirmado no princípio pelo Presidente da Delegação Norte, Dr. Rui Martins, "é muito agradável sentirmos esta sala completamente cheia."

E de facto esteve, cheio, o Auditório II da Fundação Cupertino de Miranda onde foi reconhecido o trabalho desenvolvido pelos Sócios ao longo dos anos de vida e de dedicação ao Clube.

No final foram entregues dois reconhecimentos, o primeiro pelo trabalho desenvolvido como Presidente da Delegação Norte, Sr. Maia dos Santos e o segundo ao Sócio Francisco Zuzarte pelo trabalho desenvolvido na área recreativa e cultural.

Seguiu-se um cocktail onde reconhecidos e Sócios em geral que nos quiseram distinguir com a sua presença, trocaram impressões uns, e "mataram" as saudades outros, próprias de quem já não se via há muito tempo. Ainda bem que assim foi.

Diretor Francisco Zuzarte (Norte)

CINEMA – Movimentando um total de 508 Associados, tentámos mais uma vez apresentar aos Associados cinema de qualidade, onde não podia faltar O ultimo Jedi da saga da Guerra das Estrelas. Num resumo rápido, começámos com Aqui há Gato, que nos conta a história de um milionário que trabalha tanto que não tem tempo para filha. No dia do seu aniversário, a jovem pede um gato como presente. E tem-no. Mas de uma forma muito especial. A Bela e o Monstro não precisa de apresentação já que a história é de todos sobejamente conhecida. Apenas a versão, com atores de carne e osso dos quais se destaca Emma Watson. Boss Baby conta a história de uma família pataca, mãe, pai e um filho que recebem mais um membro na família. Bebé claro está. Só que ele tem algumas características especiais que vão sendo descobertas ao longo do filme. De salientar nesta sessão, a apresentação da Secção de Karaté da Delegação Norte. A lenda de Bigfoot já correu o mundo inteiro. Agora o que não sabíamos é que ele tinha descendência. Mas descobrimos em Bigfoot Júnior. Há muito género de famílias. Umas têm uma vida mais agitada, outras mais pacata e outras que nem sequer têm tempo, uns para os outros. Ora para que tal deixe de acontecer, nada como contratar a "Vampirous R us". Será que deu bom resultado ou resultou num Susto de Família? Coco. O melhor filme de animação que saiu em 2017. Daí termos que gastar mais algumas linhas de texto sobre este filme, para vos dizer que há uma de duas atitudes que caracteriza qualquer pessoa que vá ver um filme. No final, ou a ficha técnica tem algo que visivelmente se torna apelativo e neste caso fica-se a vê-la, ou sai tudo a correr. No caso de Coco, a ficha técnica além de interessante, fez com que um fenómeno raro acontecesse no final da sessão. Estiveram todos sentados até ao seu final. "Recuperar das emoções" confessou-nos um Sócio. Não será por acaso que concorre ao Óscar de melhor filme de animação. Ano em que não haja mais uma saga da Guerra das Estrelas, não é ano. Por isso tivemos em IMAX 3D mais um Starwars, O Ultimo Jedi, que fez as delicias de todos os fãs. Depois acabamos o ano com Ferdinand, o touro que não queria ser toureado e Paddington 2, em mais uma aventura do urso mais famoso de Londres, perdão do mundo.

Cultura

Recreativa

TEATRO – Manteve-se a política de estabelecimento de protocolos com várias entidades. Por isso e mais o uma estiveram presentes o Teatro Nacional S. João e Teatros adjacentes e o Coliseu do Porto. Estabeleceram-se ainda protocolos com benefícios para os Sócios em peças de várias produtoras.

FESTIVAIS - Marés Vivas – A presença de Sting neste Marés Vivas 2017, fez quem sabe com que o número de interessado subisse aos 294. Diz quem foi ver que não deixou créditos em mãos alheias, situação que se aplicou aos restantes participantes em palco e no recinto, ao longo de mais três dias de música.

NATAL 2017 - Noites de Natal antecipadas

Mantendo um hábito saudável, o Clube Millennium bcp organizou mais uma vez as suas Noites de Natal antecipadas.

No Porto teve lugar no dia 8 de Dezembro, às 10 e às 14,30 e em Lisboa no dia 9 do mesmo mês, às 9,15 e 11,30. Porque em equipa que ganha dizem os especialistas, mantivemos também como nossa casa os Coliseus de ambas as cidades. Um programa propício para a época completou a ocasião. Mas porque em Noite de Natal devemo-nos lembrar daqueles que ao longo dos anos contam com a nossa solidariedade, entregámos à Make-a-Wish na Noite Natal de Lisboa, um cheque no valor de 8.500 euros, que resultado da boa vontade de todos quantos nos quiseram distinguir com a sua presença neste evento, dará uma ajuda a concretizar os sonhos de crianças em situações de saúde complicadas, levando-lhes assim um momento de alegria e esperança. No entanto porque quem dá também recebe, todos os Sócios até 12 anos receberam ou irão receber uma prenda, indispensável nesta ocasião Natalícia.

Diretor Paulo Bastos / Seccionista José Lopes Pereira (Nacional)

É já um lugar comum dizer que os Sócios aderiram a todas as iniciativas promovidas pelo Clube.

Para o conjunto das vinte e uma visitas (21), participaram setecentos e noventa e oito (798) Sócios. Mas, tendo estas sempre um limite de inscrições, foram muitos mais os candidatos a querer participar do que as vagas disponíveis.

Iniciou-se o ano com uma visita, em Janeiro, ao **Convento da Encarnação**, e outra ao **Convento do Grilo**. São dois espaços carregados de história, e de arte, onde hoje a Santa Casa da Misericórdia alberga um conjunto de pessoas, em modo muito interessante.

Foi muito diversificado o que se visitou durante o ano.

Como seja a **Base Aérea do Montijo**. Nesta os sessenta participantes (era o número máximo que podíamos aceitar) puderam ver, e ouvir, qual é a função da Força Aérea, como seja proceder ao salvamento dos náufragos, ou de outras situações de emergência, em que lhes é pedido apoio com helicóptero.

Visitámos o **Mosteiro de São Vicente de Fora**, onde está o Panteão dos Braganças, assim como o dos Patriarcas, o que foi, e é sempre, um local que leva o visitante a pensar na história deste país, independente à quase nove séculos, cujas fronteiras, não fora a Guerra das Laranjas não teriam sofrido alteração desde a primeira dinastia, enquanto outros povos conseguiram a sua à menos dum século, ou mesmo já em nossos dias.

Mas também "andámos" pela pintura e, entre outras, tivemos visitas às exposições sobre a **obra de Amadeu de Souza Cardoso** e **Almada Negreiros.**

Visitas Guiadas

E a Arqueologia também fez parte da programação. Por mais de uma vez mergulhámos o olhar sobre exposições que, ao longo do ano, decorreram no **Museu de Arqueologia**, em Lisboa.

Conhecemos o **Museu da Farmácia** cuja história da botica nos levou a pensar como é que a humanidade sobreviveu sem a penicilina, ou os modernos antibióticos.

Mas, para não ficarmos limitados só pelo que há de património na capital fomos, com a colaboração da Câmara Municipal de **Santarém**, fazer uma visita de um dia ao que de mais importante há naquela cidade.

E, com a disponibilidade do Sócio Nuno Oliveira, da Delegação Norte, em acompanhar-nos, e guiar-nos, andámos durante um dia a percorrer lugares da cidade do Porto onde o "turista" só vai se tiver alguém que o leve aquele sítio. Nesta ida ao Porto visitámos, entre outros, o **Paço Episcopal**. Um espaço aberto a visitas à relativamente pouco tempo.

E porque a falcoaria havia sido, em 2016, considerado pela UNESCO património imaterial da humanidade, fomos a Salvaterra, numa colaboração com a Câmara Municipal, visitar não só a **Falcoaria Real**, mas também o património daquela vila.

Ainda noutra colaboração, agora com o Município de Rio Maior, dedicámos um dia aquele município visitando, entre outros, as **marinhas de sal**, e a **Anta / Capela de Alcobertas** .

Também estivemos pelo Entroncamento sendo o **Museu Ferroviário** o ponto dominante desta deslocação.

E, ainda por Lisboa, andámos pelas **ruas da Mouraria**, e **miradouros de Alfama**, para vermos vestígios da Cerca Velha, e da Cerca Moura, e olhar lá do alto do Miradouro das Portas do Sol para o Convento de São Salvador, a Igreja de Santo Estevão e a de São Miguel. Depois, descendo pelas vielas de Alfama, chegámos ao Chafariz de Dentro.

Dali fomos até ao Grupo Desportivo Adicense onde assistimos a um serão de **Fado Vadio**. Foi uma experiência onde pudemos observar como os habitantes, que ainda povoam aqueles bairros, vivem estes serões de fado, à sua maneira bairrista.

Já em Dezembro, um grupo de Sócios foi ao **Convento dos Cardais**, tendo ali participado num lanche solidário para angariação de fundos, em proveito da comunidade que, naquele convento, dá apoio a mulheres com necessidades de cuidados especiais.

Para encerrar o ano os Sócios foram até à Rua Augusta visitar a exposição patente na **Galeria do Millennium bcp** tendo por tema " O SURREALISMO NA COLECÇÃO MILLENNIUM".

Diretor Fernando Maia / Seccionista Jorge Lourenço (Nacional)

O Núcleo de Aquariofilia do Clube Millennium bcp realiza uma visita guiada ao Oceanário de Lisboa leva os seus Associados a conhecer zonas normalmente interditas ao público

No passado dia 16 de dezembro, 110 Associados do Clube Millennium bcp embarcaram em mais uma aventura submarina no Oceanário de Lisboa visitando os seus Bastidores e a Exposição Permanente.

Nos últimos 10 anos, já contámos com mais de 1.000 Associados a participarem nestas visitas.

Os grupos foram divididos por forma a circularem em segurança nas zonas mais estreitas dos bastidores. Um dos grupos começou pelos bastidores (zona normalmente interdita ao público) enquanto os outros iniciaram a visita guiada pela Exposição Permanente.

Através da visita aos bastidores foi possível conhecer o dia a dia de um aquarista e entrar em todas as rotinas que dão vida ao Oceanário.

Entre outras explicações, foi-nos ensinado como é que se alimentam as várias criaturas marinhas e como é que se mantém a temperatura de um aquário com estas dimensões.

A novidade deste ano são as sardinhas da costa portuguesa, peixes emblemáticos que formam um cardume e dão um novo movimento ao tanque central...

Diretor Mário Fonseca/ Seccionista Nuno Oliveira (Norte)

No dia 24 de Março de 2017, a Secção de Enofilia/Gourmet promoveu um Workshop de Iniciação à Prova de Vinhos com Bento Amaral. O evento decorreu na Loja Pop Up, na Rua do Almada, 275 no Porto.

Bento Amaral é um exemplo pelos seus ricos testemunhos em palestras, livro ou presenças em programas de televisão. Além de inspirador pessoalmente, é a sua profissão que o torna um fora de série e reconhecido internacionalmente. É, desde 2013, diretor dos Serviços Técnicos e de Certificação do IVDP (Instituto do Vinho do Douro e do Porto), depois de 14 anos como chefe de Serviço de Prova do Instituto, ou seja, forma a equipa de trabalho que dá o selo de garantia ou reprova qualquer vinho oficialmente reconhecido como do Douro e Porto. Leciona na Escola Superior de Biotecnologia da Universidade Católica, no Porto. É ainda júri, há quase duas décadas, em dezenas de edições de vários concursos de vinhos nacionais e internacionais.

Pois foi este técnico excecional que guiou os participantes pelas técnicas e segredos que despertam os sentidos para as características dos vinhos, com um conhecimento inigualável num workshop de iniciação à prova de 5 tipos de vinho (rosé, branco, tinto, espumante e Porto). Foram dadas algumas indicações que a teoria e a experiência indicam como adequadas para se conseguir tirar o melhor partido do vinho. Para Bento Amaral "O vinho é produzido para dar a quem o bebe e, se possível, partilhar agradáveis momentos de convívio. Por isso, mais importante do que qualquer regra é que cada um o consuma de forma que melhor o desfrute.

No final, foi geral a satisfação dos os participantes no Workshop.

Campos de Férias

Diretor Fernando Maia (Nacional)

Em 2017 o Clube apresentou, aos seus Sócios, dezassete Campos de Férias, totalizando 110 semanas e 6 dias, ou seja sensivelmente 111 semanas inscritas, ultrapassando as 101 semanas de 2016 e as 43 de 2015. O nº de semanas inscritas continua a crescer face aos anos anteriores. A oferta, do Clube, também tem vindo a aumentar:

Norte

- *Summer Clip* (Porto), com 16 inscrições para 24 semanas e 6 dias
- Diverlanhoso Parque Aventura (Póvoa de Lanhoso), com 4 inscrições para 4 semanas
- Toda a Prova (Porto), sem inscrições

Sul

- *Arts Summer School* (Valada do Ribatejo), com 5 inscrições para 5 semanas
- Carlos Barroca (Jamor), com 2 inscrições para 2 semanas
- Herdade das Parchanas (Alcácer do Sal), com 11 inscrições para 15 semanas
- Kids@School (Porto Salvo), com 2 inscrições para 2 semanas
- *My Camp* (Cartaxo), com 40 inscrições para 40 semanas
- Quinta da Escola (Alcanena), com 2 inscrições para 2 semanas
- Quinta da Moura (Barcarena), com 1 inscrição para 1 semana
- *Science4You* (Loures), com 3 inscrições para 3 semanas
- Tempo Aventura - Centro atividades Montanha (Serra Arrábida), 2 inscrições para 3 semanas
- *M2Study* (Massamá), com 3 inscrições para 9 semanas
- Alão Radical (Alenquer), sem inscrições
- *BestKids&Teens* (Porto Salvo), sem inscrições
- Dança do Saber (Lisboa), sem inscrições
- *SiriusPark* Camp (Pegões Velhos/Faias), sem inscrições

Os Campos mais procurados em 2017 continuam a ser o *My Camp* (Cartaxo), o *Summer Clip* (Porto) e *a* Herdade das Parchanas (Alcácer do Sal) com 40, 25 e 15 inscrições respetivamente, Sócios e convidados. A preferência por estes Campos dever-se-á à sua localização e/ou à reputação que entretanto ganharam, pois todos os campos de férias foram apresentados como equiparados em termos de condições, oferecendo atividades e alojamentos idênticos.

Tal como em 2016, elaborou-se um questionário, dirigido aos nossos Associados, com o objetivo de nos fazerem chegar o seu *feed-back* sobre os Campos de Férias escolhidos. O Questionário recolheu: Aspetos positivos, Aspetos negativos, Avaliação global, (numa escala de 1 a 5, em que 1 representa Mau e 5 Muito Bom) e Comentários finais. Os Campos receberam a informação sobre os seus resultados.

MY CAMP - 40 jovens – 35 respostas – 87,5% - Avaliação global – 4
SUMMER CLIP - 16 jovens – 14 respostas – 87,5% - Avaliação global – 5
HERDADE DAS PARCHANAS - 12 jovens – 11 respostas – 92% - Avaliação global – 5

O Clube congratula-se que no ano de 2017 mais jovens Sócios tenham experimentado os Campos de Férias apresentados, tal como já tinha sucedido em 2016.

Dinamizadores Regionais

Dinamizador Regional de Leiria Alexandre Vieira e Co Dinamizadores António Marques e Luís Mata

Uma das iniciativas desenvolvidas iniciou-se por volta das 7 horas da manhã do dia 22 de julho na capital do distrito, Leiria, tendo o autocarro ficado completo em terras de "Bordalo Pinheiro", mais propriamente nas Caldas da Rainha: o Cruzeiro no Estuário do Sado - Dia inesquecível a bordo do "Costa Azul" com uma paisagem imponente marcada pela Serra da Arrábida e pela Península de Troia.

Quando chegámos ao Cais das Fontainhas, em Setúbal, outros colegas esperavam por nós, estes sem necessidade de autocarro por residirem na zona da Grande Lisboa. A entrada na embarcação "Costa Azul" aconteceu às 10 horas, onde cerca de 80 Sócios do Clube Millennium bcp foram então desfrutar do melhor que temos no Estuário do Sado!

Para além da observação da comunidade de golfinhos que reside na zona, passámos junto às várias praias locais, como o Portinho da Arrábida, Troia, Figueirinha, entre outras. O maravilhoso almoço foi servido a bordo da embarcação, pela simpática e eficiente tripulação. O tempo passou rapidamente, tendo o desembarque ocorrido às 17 horas, a que se seguiu uma viajem de regresso agradável e em segurança.

Dinamizador Regional de Santarém Nuno Pacheco Rodrigues e Co Dinamizador Esmeralda Mendes

Associados do Distrito de Santarém vieram ao Circo de Natal em Lisboa no dia 9 de dezembro. A iniciativa foi novamente um sucesso com a participação de cerca de 45 Sócios.! Uma iniciativa de entre várias promovidas por esta Equipa!

O Clube voltou a disponibilizar o transporte de forma gratuita para os seus Associados, com dois pontos de recolha em Torres Novas e Santarém. A viagem realizou-se com tranquilidade até Lisboa. Chegados ao destino, puderam assistir ao espetáculo de Circo na última sessão da manhã. Sendo a tarde livre, Lisboa é sempre um local que dá gosto visitar, e se a isso aliarmos um dia de sol, estiveram reunidas as condições para se passar por ali uma tarde agradável.

Por volta das 17h00 estava marcado o regresso ao Ribatejo. A viagem correu rapidamente, onde o convívio e a boa disposição estiveram sempre presentes.

Dinamizadores Regionais

Os Dinamizadores Regionais desempenham um papel essencial na descentralização e na dinamização do Clube, tornando o Clube mais próximo de todos os Sócios, onde quer que estejam.

É missão das Equipas de Dinamizadores e Co Dinamizadores apoiar a participação dos Associados nos eventos mais relevantes lançados pelo Clube, proporcionar iniciativas ajustadas aos interesses dos Sócios de cada zona geográfica, solicitar apoio aos Seccionistas, à Direcção Nacional e aos outros Dinamizadores na organização de iniciativas/atividades no seu ou noutros Distritos. Através das iniciativas que dinamiza, promover os outros distritos, aos seus conterrâneos e promover os próprios distritos aos Sócios locais e aos do resto do país.

As Festas, Feiras, Festivais e Mercados com a participação de 652 Sócios, os espetáculos de Natal (327), entre outros, os 38,5% novos protocolos/benefícios estabelecidos em 2017 que são de empresas de fora de Lisboa e Porto, são evidências do Excelente trabalho desta Equipa de Dinamizadores e Co Dinamizadores!

Dinamizadores Regionais

Distrito	Nome
Açores	Rui Melo Branco
Leiria	Alexandre Vieira
Madeira	Nuno Simões
Castelo Branco	José Alvarães
Évora	Marcelino Barreto
Santarém	Nuno Pacheco Rodrigues
Beja	Nuno Miguel Esparteiro Marques
Portalegre	José Fernandes da Silva
Faro	Sérgio Silva Domingues
Tagus Park	Rui Silva Ramalho
Guarda	José Abrantes Ferrão
Braga/Guimarães	Pedro Oliveira Fonseca
Aveiro	Paulo Nunes Silva

Co Dinamizadores

Distrito	Nome
Leiria	Antonio Joao Rodrigues Marques
Leiria	Luis Manuel Silva Mata
Santarém	Esmeralda Mendes
Faro	Pedro Valério
Açores - Terceira	Lidia Furtado
Açores - Horta e Pico	Gabriela Garcia
Açores - S. Miguel	Ricardo Soares Pereira
Castelo Branco - Covilhã	Filipe Sousa
Leiria	Antonio Joao Rodrigues Marques
Leiria	Luis Manuel Silva Mata
Santarém	Esmeralda Mendes
Faro	Pedro Valério
Açores - Terceira	Lidia Furtado
Açores - Horta e Pico	Gabriela Garcia
Açores - S. Miguel	Ricardo Soares Pereira
Castelo Branco - Covilhã	Filipe Sousa

Lazer e Tempos Livres

Diretor Fernando Maia/ Seccionista Eduardo Silva (Norte)

No ano de 2017 a Secção Norte realizou as seguintes Viagens programadas:
Feira do Fumeiro em VINHAIS com estadia em CHAVES e visitas a outros locais do ALTO DOURO
AÇORES com visitas a Ponta Delgada e a outros locais da ilha de S. Miguel
PICOS DA EUROPA com visitas a várias cidades de Espanha;
Circuito da IRLANDA
CRUZEIRO das NOITES BRANCAS NO BALTICO e ainda o CRUZEIRO à ARGENTINA com EXTENSOES ao URUGUAI e CALAFATE (Patagónia) e finalmente a visita a várias cidades do VIETNAME, país que já tinha sido visitado em anos anteriores por outros Associados.

Face ao pequeno número de interessados não se realizaram os programas da Sicília, Berlim e Tailândia.

O total de participantes naquelas viagens foram de 142.

Tem vindo a verificar-se uma redução do número de participantes nas viagens, com exceção dos cruzeiros que, pelo contrário, tem vindo a aumentar.

Em anos anteriores o número médio de participantes nas nossas viagens era superior 30, mas neste ano a média foi bastante inferior, sendo o Cruzeiro aos Bálticos e a Feira do Fumeiro a Vinhais os mais participados.

Quase todas as viagens tiverem uma boa performance e os interessados gostaram francamente do que viram e conheceram, criando uma boa e alegre camaradagem entre todos, pelo que pensam participar em futuras atividades.

Lazer e Tempos Livres

Diretor Fernando Maia/ Seccionista Ubaldino Morgado (Sul)

2017, um ano em que se realizaram praticamente todas as viagens programadas. A participação dos Sócios foi elevada e nalgumas viagens excedeu as expectativas. Houve bom ambiente e convívio entre Sócios, objetivo principal do Clube. Na grande maioria das viagens os programas foram bem organizados e bem acompanhados e corresponderam aos anseios dos Associados que manifestaram o seu agrado e satisfação por estarem presentes nas viagens e uma convicção muito forte em continuar a participar no futuro, o que é gratificante para quem trabalha com esse objetivo.

Fallas de Valência – 17 a 21 de Março – 10 participantes
Viagem pouco participada cuja realização foi possível com a integração de alguns participantes angariados pela Agência de Viagens. Visita da Cidade de Valência e possibilidade de assistir às diversas "falleras" vestidas a rigor que desfilavam elegantemente pelas ruas participando no ato "La Oferenda". A "Mascietá" e a "Crema das Fallas" com a queima das figuras satíricas tiveram realce na programação.

Alentejo 2017 – 25 e 26 de Março - 23 participantes
Todos os anos visitamos o Alentejo dado que é uma região do agrado dos Associados. O Forte da Senhora da Graça, o Palácio de Vila Viçosa, o Museu da Caça e de Arqueologia, assim como uma deslocação a Olivença, Cidade marcada pela presença Portuguesa, preencheram um fim da semana com muita história a que não faltou como complemento a gastronomia tão saborosa e apreciada da Região.

Badoca Park – 08 de Abril – 12 participantes
Viagem que ficou muito à quem das expectativas. Programada na Páscoa para tentar uma maior abrangência na participação dos filhos ou netos dos Associados teve uma adesão muito reduzida. No entanto foi possível organizar a viagem que decorreu num bom ambiente entre adultos e crianças que apreciaram as atrações do Parque, nomeadamente o contato direto com animais selvagens.

Rota do Vinho Verde – 29 de Abril a 01 de Maio – 38 participante

Com início na Cidade dos Arcebispos percorremos o Minho com o objetivo principal de assistir à Festa do Alvarinho. A visita ao Palácio da Brejoeira, Ex Libris da Região do Alto Minho, assim como um excelente repasto na Adega do Sossego, anteciparam a entrada na festa onde foi possível degustar nos diversos expositores uma grande variedade de vinhos e apreciar o fumeiro, queijos e pratos regionais.

Cruzeiro no Mediterrâneo Ocidental – 13 a 21 de Maio – 57 participantes

Cruzeiro muito participado com partida e chegada a Génova. Fizemos escala em diversos Portos visitando Cidades e outros pontos de interesse. Marselha com Aix La Provence, A ilha de Minorca, a Cidade de Cagliari na Sardenha, a Ilha de Malta onde visitámos La Valeta e a medieval Mdina. Na Sicília além da Cidade de Messina estivemos na encantadora Taormina com vista para o Etna. Nápoles e a maravilhosa Ilha de Capri anteciparam as visitas a Génova e a Milão também previstas na viagem.

Aldeias de Xisto – 27 e 28 de Maio – 35 participantes

Com início na Fraga de S. Simão uma das mais imponentes escarpas de Portugal, iniciámos um passeio pelo centro do País na rota das aldeias de xisto. Álvaro denominada aldeia branca, Janeiro de Cima na margem esquerda do Zêzere com visita à Casa das Tecedeiras e por fim Barroca antes do descanso no Fundão. Iniciámos o segundo dia com a colheira da Cereja tão apreciada na Região e fomos para uma das aldeias mais típicas da Serra do Açor, o Piódão. A aldeia da Benfeita e a Fraga da Pena terminaram um programa diversificado onde não faltou a gastronomia regional. A lamentar os incêndios posteriores.

Sul de Itália/Costa Amalfitana – 10 a 17 de Junho – 30 participantes

Após visita a Nápoles iniciámos um circuito por uma das Regiões mais bonitas de Itália. Estradas estreitas esculpidas em precipícios sobre o mar, vilarejos nas encostas que tiram o fôlego, proporcionam paisagens de enorme beleza. A visita à Ilha de Capri e à Abadia de Monte Casino, célebre no passado e por uma batalha sangrenta na 2ª Guerra Mundial, anteciparam a visita à Cidade Eterna de Roma.

Lazer e Tempos Livres

Polónia e Alemanha – 03 a 11 de Julho – 22 participantes
Região com enorme Património histórico e cultural renascida das cinzas da segunda guerra mundial. De Varsóvia a Berlim com passagem por Cracóvia, Wroclaw, Dresden e Potsdam visitámos locais com muito história e cultura onde a beleza do passado se mistura com a modernidade e se nota o esforço de recuperação após a intensa destruição durante a 2º Guerra.

Cambria Douro Vinhateiro – 22 a 24 de Setembro - 31 participantes
Favaios com visita ao Museu do pão e do vinho foi o início de um percurso pela Região do Douro tão apreciada pelos Associados. A quinta da Casa Amarela um cruzeiro pelo rio e a visita ao Museu do Douro que salienta o património natural e cultural da Região, consagrado com Estatuto de Património Mundial pela Unesco, proporcionaram momentos maravilhosos onde não faltou a saborosa gastronomia e os apreciados vinhos. Uma viagem que proporcionou um bom convívio entre os Associados participantes.

Colômbia – 05 a 15 de Outubro – 12 participantes
Fraca adesão não impediu a realização da viagem, que foi um pouco prejudicada por uma greve inesperada dos pilotos da Avianca. Os imprevistos verificados foram superados com eficácia pelo Guia e pelos operadores locais. Foi possível apreciar a beleza natural e o património histórico da Colômbia assim como a sua gastronomia. Apesar dos transtornos a viagem teve opinião positiva da maioria dos participantes.

Austrália/Nova Zelândia – 20 de Novembro a 08 de Dezembro – 21 participantes
Viagem por um Continente imenso e com grandes motivos de interesse. Praias extensas e cálidas, barreiras de coral com recifes ilhas e atóis ao longo de milhares de quilómetros contrastam com a imensidão do deserto escaldante. Grandes e modernas Cidades coabitam com imensa floresta e selva tropical. Na Nova Zelândia, fiordes, picos, reservas termais com geiseres e lagos de lama em ebulição proporcionam paisagens de rara beleza. Uma viagem de sonho que correspondeu às expetativas.

Lazer e Tempos Livres

Fim do Ano na Madeira – 29 de Dezembro 2017 a 02 de Janeiro de 2018 - 29 participantes

Com início no Mercado dos Lavradores fizemos uma vista ao Funchal com particular realce à zona histórica, Senhora do Monte e Jardim Tropical Monte Palace. No dia seguinte, após a vista maravilhosa que se disfruta do Pico de Barcelos, passeámos no Curral das Freiras e a Eira do Cerrado com uma vista deslumbrante. Câmara de Lobos, Ribeira Brava, Encumeada, Porto Moniz e Ponta do Sol, tendo sido um dia intenso de visitas. No último dia fomos à Camacha, Pico do Areeiro, Ribeiro Frio, Faial e Santana que anteciparam um jantar de despedida na Cidade do Machico.

O Jantar de Fim do Ano com o espetacular fogo de artifício na Cidade do Funchal, foram momentos altos desta visita intensa bem programada e bem orientada por uma Guia muito competente, tendo decorrido com muito agrado dos Associados participantes.

Diretor Rogério Araújo/ Seccionista Filipe Silva e Jorge Soares (Nacional)

O Clube Millennium bcp, patrocinou a participação de vários atletas, nas principais competições nacionais da modalidade de Ori BTT e ainda na recentemente criada, Taça de Portugal Ori-Trail Rogaine 2017, durante a época de 2017.

A regular participação nas provas da Taça de Portugal e nos Campeonatos Nacionais das várias distâncias, levou o nome do Clube e do Banco a todo o país.

Os atletas tiveram participações assíduas nos escalões de H40 e H50, com classificações que bastante dignificaram o Clube destacando-se o 2º lugar no Campeonato Nacional de Estafetas em ori-btt.

No respeitante à Taça de Portugal Ori-Trail Rogaine, modalidade que alia a Corrida e Orientação à estratégia e trabalho em equipa, pois dentro do tempo regulamentar os elementos da equipa têm de se deslocar em conjunto, tentado cumprir o percurso previamente planeado no inicio da prova.

Sendo esta uma modalidade da Orientação onde a estratégia é um dos pontos principais a participação das nossas equipas mereceu algum destaque, sendo de realçar o 3º lugar no escalão Veteranos Masculinos no II Ori-Trail/Rogaine do CPOC.

Percursos Acompanhados

Diretor Patrícia Pereira / Nuno Oliveira (Norte)

A Secção de Percursos Acompanhados da Delegação Norte prosseguiu a sua atividade em 2017, continuando a promover visitas guiadas à cidade do Porto, na descoberta contínua e aprofundada do seu património.

Mantivemos a colaboração com o historiador Joel Cleto, cujo conhecimento e afabilidade tanto agrada a toda a gente, e continuamos a parceria com a Dra. Manuela Cambotas, professora de arte da UP, que já é uma das «nossas», tal a simpatia pessoal que tem e desperta nos nossos Associados mais fieis desta Secção. Simpatia e conhecimento, pois investiga e prepara profundamente as visitas que realiza connosco e traz-nos sempre muito para aprender.

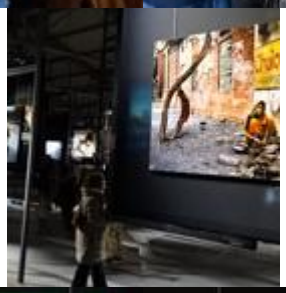
Em conjunto com a Manuela Cambotas mantivemos, também, em várias visitas, a colaboração com o Raul Simões Pinto, presidente do Grupo de Amigos das Adegas e Tascas do Porto. Conhecedor profundo do tema, e de histórias populares do Porto, autor de livros sobre ele, o Raul tem-nos indicado os sítios que ainda restam dessas «casas de pasto e convívio», e com ele já visitamos algumas. Belos lanches de convívio entre todos, guias, Associados e «tasqueiros», onde até nem tem faltado a literatura, com alguns Associados a arriscar declamar e ler.

No mesmo âmbito, recebemos um grupo de Associados do Sul, que mostraram interesse em percorrer o Porto e conhecê-lo melhor. Julgamos que os recebemos bem e com imenso prazer em lhes mostrar a cidade. Parece que assim foi, pois mostraram vontade de voltar no momento da despedida e o regresso já se planeia.

Mas não tivemos só este género de visitas.

Este ano arriscámos a arte e temos como objetivo manter essa ideia e aprofundá-la. Dada a adesão que se verificou logo quando o evento foi lançado, promovemos 3 visitas guiadas ao Museu e casa de Serralves à exposição das obras Juan Miró. Em Junho, visitámos na edifício da alfândega do Porto, a exposição de Leonardo da Vinci «As Invenções do Génio».

Percursos Acompanhados



Em Junho, visitamos na edifício da alfândega do Porto, a exposição de Leonardo da Vinci «As Invenções do Génio».

Em Dezembro, também na Alfândega, fomos à exposição fotográfica "The World of Steve Mccurry". Este ano regressámos ao Parque Biológico de Gaia para ver os Pirilampos.

Para o próximo ano temos várias ideias e sugestões a explorar, mas preferimos manter o suspense e deixar que se tornem surpresa.

O que visitámos:

2017/02/11 – Porto - Caminhos do Romântico – Com lanche em Tasco - Manuela Cambotas e Raul Simões Pinto
2017/02/19 - Porto – A Rotunda Boavista e o Monumento às Guerras Peninsulares – Manuela Cambotas
2017/03/12 - Porto - Cemitério Prado do Repouso – Manuela Cambotas
2017/03/25 - Porto - S. Lázaro, Rua do Heroísmo e Jardim de Nova Sintra (Águas do Porto) – Joel Cleto
2017/04/22 - Porto – Visita aos bastidores do TNSJ e Bairro Herculano – Manuela Cambotas
2017/05/20 - Matosinhos – Joel Cleto
2017/05/28 - Porto - Jardim Botânico e Bairros Sociais do Campo Alegre – Manuela Cambotas
2017/06/02 - Gaia – Pirilampos – Parque Biológico de Gaia
2017/06/18 - Porto - Quinta Vilar D'Allen e Palácio do Freixo – Manuela Cambotas
2017/07/08 - Porto – Visita à cidade pelos colegas da zona Sul – Nuno Oliveira
2017/09/10 - Porto – Rua Guerra Junqueiro e Sinagoga do Porto – Manuela Cambotas
2017/09/23 - Porto – Um percurso pelos Azulejos de Jorge Colaço no Porto – Joel Cleto
2017/09/30 - Porto - S. Lázaro, As Belas Artes e a Batalha – Manuela Cambotas e Raul Simões Pinto
2017/10/14 - Porto – Boavista, Casa Museu Marta Ortigão Sampaio e Casa da Música – Com lanche em Tasco – Manuela Cambotas e Raul Simões Pinto
2017/10/28 – Porto – Percursos com Arquitetura por dentro - À descoberta dos Morros da Sé e da Serra do Pilar - Manuela Cambotas
2017/11/25 - Porto - Percursos com Arquitetura por dentro - O Paço Episcopal do Porto e a Igreja Grilos/Museu Arte Sacra - Manuela Cambotas e Raul Simões Pinto
2017/12/09 – Porto – Um percurso Natal Natalício – Joel Cleto

E as visitas com Arte foram:

2017/01/22 - Museu e casa de Serralves Porto - Exposição Juan Miró 1
2017/03/18 - Museu e casa de Serralves Porto - Exposição Juan Miró 2
2017/05/20 - Museu e casa de Serralves Porto - Exposição Juan Miró 3
2017/07/22 – Alfândega do Porto – Exposição de Leonardo Da Vinci «As Invenções do Génio»
2017/12/17 - Alfândega do Porto – Exposição fotográfica "The World of Steve Mccurry"

Diretor Rui Pires Martins / Seccionista Luis Gonzaga R. Ribeiro (Norte)

O Aeromodelismo teve mais um excelente ano destacando-se:

• excelentes participações do nosso atleta Gonzaga Ribeiro em várias provas

• os primeiros batismo de voo realizados na pista do LAC em Braga

Pela primeira vez foi possível disponibilizar aos nossos Associados batismos de voo, supervisionados por aeromodelistas experimentados, e que permitiu a todos adquirir uma verdadeira sensibilidade ao controle aéreo do aeromodelo.

Registe-se que os programas de treino integraram uma aprendizagem previa em computador e depois uma atuação no terreno.

De salientar, a sempre excelente boa disposição entre todos os participantes.

Desporto

Atletismo

Diretor Maria João Ortigão/ Seccionista Fernando Vilela (Norte)

À semelhança dos anos anteriores, 2017 foi um ano recheado de provas com elevada adesão dos nossos associados, de tal forma que o Clube acabou por participar em provas que não estavam inicialmente orçamentadas.

Desde as provas mais curtas às mais longas, os Atletas do Clube Millennium bcp fizeram-se representar sempre em grande número, realçando-se a forte camaradagem e convívio.

Destacamos neste ano de 2017 duas provas: a Maratona do Porto que é de facto a prova mais emblemática do calendário nacional em que o Clube participa com o mais elevado número de associados, nas provas e caminhada que se realizam nesse dia, e que já é muito participada por atletas de todo o mundo, e depois a prova que costuma encerrar o ano desportivo que é a S. Silvestre do Porto onde temos a oportunidade de nos reunirmos e de confraternizarmos nas instalações do Clube.

Participámos em provas de uma excecional beleza paisagística, fomos aplaudidos, subimos ao pódio ou estivemos quase lá! Mas a vitória já é nossa porque é grande o nosso Espírito Grupo.

Para rematar, destaque para aqueles que dão o exemplo prova atrás de prova com a sua participação, com o envio do seu relato e das fotos alusivas às mesmas, contributo importantíssimo para registo e publicação no Portal do Clube.

Em 2018 continuaremos a cimentar a nossa já grande participação nas provas de atletismo populares com cada vez mais associados a juntarem-se ao nosso já grande Clube.

S. Silvestre de Braga, 17 de dezembro

14.ª Maratona do Porto, 5 de novembro

Corrida Europarque Bio Run, Santa Maria da Feira , 19 de novembro

Médis Corrida Marginal Douro, 6 de maio

20.ª São Silvestre de Santo Tirso, 9 de dezembro

Meia Maratona de Cortegaça, 14 de maio

Desporto

Atletismo

Diretor Paulo Bastos / Seccionista Humberto Ferreira (Sul)

Em 2017 mantivemos o percurso positivo que a Secção de atletismo tem vindo a revelar nos últimos anos.

Realizou-se pela primeira vez a Corrida do Clube Millennium bcp, com o cenário do Parque das Nações e que foi um pequeno mas significativo êxito na vida do Clube e da Secção.

A adesão foi muito boa com 1102 participantes, sendo que 500 inscrições foram de Sócios do Clube.

Estivemos presentes em 66 provas, quer na região de Lisboa quer em outras regiões na zona sul do país. Mantivemos a nossa presença em todas as provas de maior impacto, como por exemplo as meias maratonas da Ponte 25 de Abril e Vasco da Gama, Corrida Marginal á Noite, Corrida do Tejo, Corrida de Sto. António e Corrida da Mulher. Também participámos em todas as S. Silvestre de Lisboa: El Corte Inglês, Sta. Maria Maior e Olivais e também na lendária S Silvestre da Amadora, sempre como equipa mais numerosa.

Continuámos a aumentar o número de Sócios praticantes. Estabilizámos a quantidade de provas em que participámos: 65.

Ao longo do ano tivemos uma aderência de 973 Sócios diferentes, sendo 435 senhoras e 540 homens. Muitos participaram em várias provas.

Realçamos com muito agrado o número crescente de sócias que se tem vindo a verificar.

Diretor Rui Pires Martins

A Secção de Badminton Norte iniciou-se no ultimo trimestre de 2017.

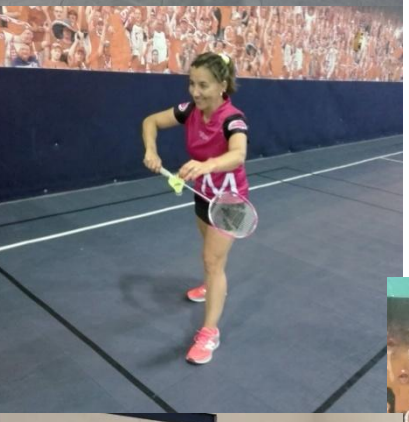
O sucesso foi inequívoco, sendo o principal objetivo criar uma Secção de raiz. Com a orientação técnica de Jorge Azevedo e com 4 hipóteses de treino semanais, foi possível a todos os atletas evoluírem de forma significativa.

Para comemorar o inicio a Secção no final do ano efetuou-se o torneio "Os Pioneiros" que foi um verdadeiro sucesso e que terminou com um lanche comemorativo na Sede do Clube.

Para a história ficam as vitórias do José Luís nos masculinos e Teresa Santos como os primeiros Campeões do Clube.

De destacar, o excelente ambiente que em todos os momentos se viveu na Secção, esperando-se para 2018 a consolidação de tudo aquilo que se começou a construir em 2017.

A Equipa mereceu do treinador Jorge Azevedo a designação de "Dream Team".



Diretor Nuno Dias Rosas/ Seccionista Ricardo Paiva (Sul)

O nosso ano como sempre divide-se em duas partes pois a época desportiva /competitiva assim o obriga. Fim de época desportiva 2016/2017 com participação na fase da Taça de Lisboa do Inatel e no Torneio da ESSA no qual fomos vencedores.

Início da época 2017/2018 em Agosto/Setembro, procedendo-se à reorganização da Secção com a entrada para a equipa de mais um técnico que ajudou a ter uma equipa mais organizada e competitiva. Passou-se a um novo regime e número de treinos (2x por semana na pré-epoca) e reorganização orçamental da Secção onde inclusive se conseguiu um patrocinador para a equipa. Temos neste momento mais atletas na Secção e a participação no Inatel está a correr muito bem, tendo a equipa conseguido apurar-se para a fase dos primeiros, algo inédito nos últimos anos.

Procedeu-se ainda à renovação dos equipamentos face ao desgaste dos antigos (tinham já 7 anos). Com as poupanças na reorganização orçamental conseguiu-se ainda renovar material desportivo (bolas, coletes, etc.) e encontrar um novo campo de treinos mais acessível a todos.
Relato de Jose Araújo e Fábio Renato

Caminhadas

Diretor Alexandre Vieira / Seccionista José Lopes Pereira (Sul)

Caminhadas, exercício de 2017!

Deu-se continuidade à prática seguida nos anos anteriores, ou seja: fazer uma média de duas caminhadas por mês, excluindo dessa média os dois dos meses de verão, devido às férias. Fizeram-se assim vinte e três caminhadas, para o conjunto das quais houve 1013 (mil e treze) inscrições. Uma parte destas decorreu por Lisboa ou arredores. Outra parte, aconteceu em zonas mais afastadas da capital obrigando, nestes casos, a recurso a autocarro. Sempre que houve recurso a autocarro as inscrições foram limitadas a um máximo de cerca de cinquenta participantes.

Por Lisboa, o **Parque Florestal de Monsanto**, mais uma vez, foi lugar eleito para algumas das caminhadas na época de inverno. É sempre agradável andar por lá. Logo em Janeiro, quando as amendoeiras despertam e dão os primeiros sinais de abertura da flor, ou, já nos finais do outono, quando o vermelho dos medronhos espreita pelo meio do folhedo de outras árvores, como são o carvalho; a azinheira, o cedro do Bussaco, a olaia ou a aroeira, bem como a infestante acácia e a sua prima mimosa.

Mas também andámos à beira rio. Uma das vezes partimos do Cais do Sodré, ainda o sol pouco subira acima da linha do horizonte e, sempre próximo do rio / mar, só terminámos quando chegámos a Cascais.

A **Serra de Sintra** é um local sempre apetecível para a prática da modalidade. Em Março, quando as mimosas estão em flor, o tom amarelado da serra tem um especial encanto, mas, como nem tudo o que luz é oiro, esta espécie é uma praga que está a matar a biodiversidade da serra.

Para mais distante, começámos em Março, com um trilho no Parque Noudar, Barrancos. Choveu muito nesse dia, mas valeu a pena, pois vale sempre a pena conhecer novos lugares!

Desporto

Caminhadas

Abril é uma das melhores alturas do ano para a atividade. É quando a natureza oferece o melhor cenário. Começámos o mês com o **trilho da Foz do Cobrão - Vila Velha de Rodão**. Pela margem do dito rio, subindo e descendo penhascos. O percurso foi algo difícil, mas, estamos certos, que os Sócios gostaram. Ainda em Abril, fomos até ao **Alentejo**, para fazer o troço do trilho dos pescadores entre Almograve e Vila Nova de Milfontes, sempre com o mar por perto.

Em Maio, caminhámos por **Vouzela**; Serra da Arada, São Pedro do Sul. Percorremos caminhos de montanha, cruzando-nos com as vacas e as ovelhas que pastoreavam livremente nos campos, e andámos pelos mesmos trilhos que foram muito falados, semanas antes, pois neles se havia escondido o célebre fugitivo de Arouca.

Também em Maio fomos à **Sortelha, Sabugal, Alfaiates e Forcalhos**. Esta foi uma iniciativa dos Sócios Carlos Ferreira, e Carlos Janela, com raízes na região. Nestas voltas encontrámos outros Sócios, junto à "RAIA", que ali estavam a passar uns dias de descanso nas suas terras de origem. Ao verem-nos receberam-nos com o espírito de Sócios do Clube Millennium bcp, ao ponto de nos abrirem as portas da sua morada e brindarem o grupo com um aperitivo.

Em Junho partimos para a **Serra do Alvão**. A caminhada que fizemos nas Fisgas de Ermelo foi cansativa, porque estava muito calor, mas o local é fantástico, apesar de, por falta de chuva, a cascata estar com o caudal um pouco frouxo.

A **Serra da Peneda** foi outro dos "Santuários da caminhada" que calcorreámos. Se no sábado, caminhar pela zona de Brufe e Santo António de Mixões, foi entusiasmante, no domingo, partir de Portela de Alvite, e, em Sistelo, tomar o percurso da Eco via do Vez foi inesquecível. Isto, depois de no sábado, ao final da tarde, termos percorrido as entranhas da Barragem do Lindoso, numa visita que a EDP nos facultou. Também fomos de Fátima aos Castelos de Ourém, num dia de outono, mas de muito calor.

E encerrámos o ano de 2017 com uma caminhada, em Dezembro, pelo perímetro da **freguesia de São Domingos de Benfica**, freguesia à qual pertence a rua onde fica a sede do Clube Millennium bcp.

Desporto

Canoagem

Diretor Pedro Quaresma / Seccionista João Vilaça (Sul)

A época 2016/2017 foi marcada por uma adesão massiva aos desportos náuticos. A Secção de Canoagem foi um dos exemplos de adesão, contribuindo para isso o bom tempo que se fez sentir até Novembro de 2017.

As várias iniciativas lúdicas durante o ano, além de contribuírem para as novas adesões de praticantes fizeram com que o seu nível melhorasse consideravelmente.

Nos locais habituais de treino e de confraternização, como na baía da Amora, Marina de Oeiras e Complexo Desportivo do Jamor, os nossos Associados, familiares e amigos têm contribuído de uma forma consistente à promoção/dinamização da modalidade, tanto na sua vertente lúdica como competitiva.

Como momentos de eleição da nossa atividade de 2017, realçamos a participação de um conjunto alargado de Sócios no Campeonato Nacional de Mar (constituído por 6 fases), no Campeonato Nacional de Pista, Fundo e de Maratona, obtendo excelentes resultados de louvor, nomeadamente alguns títulos nacionais e finais nacionais, para além da participação nos Campeonatos Regionais / Zonais das várias especialidades e na Descida Internacional do Douro ao longo de 6 dias.

Desporto

Canoagem

Resultados de relevo de Associados atletas que participaram, ao longo do ano, nos vários encontros e competições da responsabilidade da Federação Portuguesa de Canoagem:

	Ouro	Prata	Bronze	Finalista Nacional
Yann Vilaça	• Nacional Torneios Abertos • Regional de Fundo • Regional de Esperanças • Regional de Torneios Abertos	• Nacional de Esperanças		
João Vilaça	• Regional de Fundo • Regional de Maratona		• Taça Portugal de Maratona	• Nacional de Velocidade
Madalena André	• Camp.Regional de Esperanças	• Camp.Regional Velocidade • Camp.Regional de Fundo		• Regional Velocidade 500metros
Vicente Pinheiro		• Nacional de Mar		
Annabelle Le Rohellec	• Nacional de Mar			• Nacional de Velocidade • Regional de Velocidade
João Rolla				• Top 10 nacional

Desporto

Ciclismo

Diretor Manuel Rodrigues / Seccionistas Carlos Batista (Nacional) / Jorge Couto (Norte) / Nuno Prazeres (Sul)

Este ano **118 Associados** levaram as cores do Clube Millennium a **63 eventos** de Norte a Sul do país e aos Açores, totalizando **322 participações** e percorrendo um total de **22.535 Km**!

Destes 63 eventos, estivemos pelo menos em 10 deles, com uma representação superior a 10 Associados inscritos, sendo o recorde o evento **Trilhos & Courelas em Vendas Novas** em que estiveram presentes 24 Associados, tendo sido o Clube Millennium bcp a equipa com maior representação naquele evento.

E já que falamos em recordes, dificilmente poderemos esquecer o grande feito dos nossos 5 Associados : **António Santos, Eduardo Ferreira, Nélson Costa, Pedro Silva e Vítor Gomes**, que percorreram **Portugal de Lés a Lés** em 4 dias num total de 739km ! e aparentemente em 2018 o próximo desafio será desde Madrid até Lisboa !

Em quilómetros percorridos ao longo do ano com as cores do Clube Millennium bcp, o nosso pódio, vai sem margem para dúvidas, para os Associados **Miguel Talhão** com 1720 km e para o **Paulo Fonseca** com 1500 km percorridos por trilhos e estradas de Norte a Sul do País.

Parabéns aos nossos Associados que este ano subiram ao pódio: **Marina Silva, Miguel Talhão, João Couto, Paulo Fonseca** e **Pedro Couto**.

Obrigado a todos os que fizeram parte destes números e destas aventuras que tivemos ao longo deste ano, mais uma vez nunca será demais agradecer-vos em nome da Secção de Ciclismo, a vossa presença, participação e envolvimento com esta Secção e por afinal de contas simplesmente gostarem de envergar este "jersey" que é a "nossa identidade" nos trilhos e na estrada!

Desporto

Ciclismo

Um agradecimento especial aos Associados que se predispuseram através do envio das suas crónicas e fotos, a partilharem assim connosco e com a comunidade esta nossa paixão comum que são as duas rodas, quiçá motivando mais Associados para os próximos eventos em 2018!

Agradecimento a todo o "Staff" do Clube Millennium bcp, desde o seu Presidente aos restantes Colaboradores que permitiram que tudo "corresse sobre duas rodas" em todas as nossas participações ao longo de 2017 e que a Secção funcionasse sem percalços.

Finalmente um GRANDE agradecimento pessoal aos colegas que me ajudaram ao longo deste ano, ao Manuel Rodrigues pela confiança e disponibilidade, ao Jorge Couto pela cooperação, trabalho e dedicação à Secção no Norte e ao Nuno Prazeres pelo apoio prestado.

Relato de Carlos Batista

http://www.ClubeMillennium bcp.pt

https://pt-pt.Facebook.com/CiclismoClubeMillennium bcp

Desporto

Ciclismo

clube Millennium bcp

Desporto

Ciclismo

Diretor Pedro Quaresma / Seccionista Nuno Ferrão (Sul) / Professor Pedro Borralho

A turma de Dança Social do Clube Millennium bcp já vai no terceiro ano de aprendizagem, com uma evolução significativa nos mais diversos ritmos que pratica, desde Cha Cha Cha, Jive, Tango, Samba, Quickstep a tantos outros, reflexo do empenho e rigor do Professor Pedro Borralho.

A dedicação da turma e os bons resultados obtidos permitiram-lhe, ao longo de 2017, participar num conjunto de eventos e iniciativas, a convite de Associações e Entidades externas.

De destacar os Espetáculos em Pinhal Novo e Penacova, nos quais a turma efetuou uma breve demonstração de Tango e Samba, ao som de músicas de filmes inesquecíveis de animação como "Os Piratas das Caraíbas" e "A Máscara".

Para 2018, perspetiva-se a continuação de mais um ano cheio de ritmo, alegria e exibições, permitindo à turma continuar a representar o Clube Millennium bcp por todo o país.

Turma da Dança Social

Diretor Nuno dias Rosas / Seccionista Pedro Morais David (Sul)

O nosso ano como sempre divide-se em duas parte pois a época desportiva /competitiva assim o obriga .Fim de época desportiva 2016/2017 com participação na fase da Taça de Lisboa do Inatel e no Torneio da ESSA no qual fomos vencedores.

Inicio da época 2017/2018 em Agosto/Setembro procedendo-se à reorganização da Secção com a entrada para a equipa de mais um técnico que ajudou a ter uma equipa mais organizada e competitiva.

Passou-se a um novo regime e número de treinos (2x por semana na pré-epoca) e reorganização orçamental da Secção onde inclusive se conseguiu um patrocinador para a equipa.

Temos neste momento mais atletas na Secção e a participação no Inatel está a correr muito bem tendo a equipa conseguido apurar-se para a fase dos primeiros, algo inédito nos últimos anos.

Procedeu se ainda à renovação dos equipamentos face ao desgaste dos antigos (tinham já 7 anos). Com as poupanças na reorganização orçamental conseguiu-se ainda renovar material desportivo (bolas, coletes, etc.) e encontrar um novo campo de treinos mais acessível a todos.

Relato de Jose Araújo e Fábio Renato

Desporto

Futsal

"Ocidental" - Equipa vencedora do campeonato nacional

Equipa dos mini Associados

"FAPOC" - Equipa classificada em 2ºlugar

"Ocidental" - Equipa vencedora do campeonato nacional

Diretor Paulo Bastos / Seccionistas Manuel Morais de Sousa e Rui Serrão (Nacional)
Diretor Rui Serrão / Seccionista Rui Carvalho (Sul)

A 15 de Fevereiro 2017 teve início o XI Campeonato Nacional de Futsal do CMBCP, com a participação de 14 equipas, 3 da Delegação Norte e 11 da Delegação Sul. Destacamos mais uma vez a inscrição de 3 equipas em representação da Região Autónoma dos Açores.

A Fase Final foi realizada em Castelo de Vide. O evento englobou ainda a realização de jogo convívio entre os nossos mini Associados, familiares dos nossos colaboradores.

A equipa vencedora foi a "Ocidental" uma das representantes da delegação Sul que venceu a sua rival de sempre a FAPOC. Foi um jogo com muita emoção e entusiasmante. Para a do 3º e 4º lugar, assistimos ao confronto entre a equipas Foot A Mill e os Craques da Bola (DEl Sul).

Mais uma vez uma seleção do Clube participou no evento Interbancos organizado pela Catchwards. A competição decorreu entre os dias 19 a 21 de Maio, no Pavilhão Municipal de Ventosa do Bairro, onde 6 equipas (4 de Portugal, 1 de Angola e 1 de Cabo Verde), onde foi possível juntar o prazer pelo desporto com o prazer pelo convívio e intercambio cultural.

A equipa do Clube Millennium bcp, uma seleção de jogadores do Sul e Norte alcançou um brilhante 2 º lugar.

O Clube também participou no 1º Torneio de Futsal da Cidade de Lisboa organizada pela Camara de Lisboa e FPF, tendo obtido um honroso 2º lugar na competição. Depois de uma fase apuramento muito bem conseguida apenas falhou o jogo final em que a nossa equipa foi batida por 3 a 2.

A título de resumo, 2017 foi para a Secção de Futsal Nacional do nosso Clube, mais uma vez, um ano de grande atividade com o envolvimento de centenas de Sócios por todo o país…

Diretor Carlos Rodrigues / Seccionista Albertina Leite (Norte) / Professora Helena Leite

As aulas de ginástica laboral nas instalações do Clube no Porto tiveram início em 2012.

Em Setembro de 2017 iniciou-se uma turma composta por 11 Colaboradores com aulas às segundas e quartas-feiras, à hora de almoço.

No final do ano eram já 14, os praticantes da modalidade.

A prática de ginástica laboral focada em exercícios de alongamento, relaxamento muscular e flexibilidade das articulações tem como objetivo melhorar a postura no trabalho, o bem-estar geral e promover melhorias a nível profissional e pessoal.

Aos poucos, está-se a criar uma cultura de bem-estar físico e mental e de melhoria de condição de vida, que tem cativado mais e mais pessoas.

O ambiente nestas aulas é descontraído e relaxante, não deixando contudo de ser exigente ao nível dos exercícios praticados que visam assim a redução do sedentarismo, a prevenção de lesões, a redução de dores corporais, o aumento de bem-estar, o aumento de produtividade e o aumento da concentração.

O Clube Millennium bcp envidou recentemente esforços prodigiosos na realização de obras de melhoramento nas suas instalações do Norte no sentido de promover uma melhoria na qualidade de vida dos praticantes das diversas modalidades, destacando-se as benfeitorias efetuadas ao nível dos balneários.

Para uma maior identificação com o Clube, mantém-se a tradição de atribuição de t-shirts e meias a todos os praticantes.

Diretor Fernando Maia / Seccionistas Manuel Brigas, Álvaro Dinis e Noé Oliveira (Nacional)

Equipa Millennium bcp

A Secção de Golfe do CMBCP tem por objetivo fomentar e promover a modalidade junto dos seus Associados, colaboradores do Millennium bcp - no ativo e na reforma. O Clube é filiado da Federação Portuguesa de Golfe e faz a gestão de handicaps dos seus Associados.

No ano de 2017, foram realizadas as seguintes atividades:

· 6 Torneios da Ordem de Mérito, que envolveu uma participação de 214 jogadores diferentes,
· 1 Torneio de Verão, com 76 participantes,
· 1 Torneio de Encerramento, com 80 jogadores,
· Competição em match-play individual
· 1 Torneio Inter-Clubes sem campo
· 2 Torneios Inter-Bancários
· Participação com 3 equipas no torneio de empresas Expresso-BPI
· Open-Day de Golfe – dar a conhecer e experienciar
· Academia de Golfe CMBCP
· 3 Torneios de Academia Milllennium bcp

Equipa Millennium bcp na final Expresso BPI nos Açores

A Ordem de Mérito de 2017 foi a décima quinta que o Clube organizou desde a sua fundação. O **Pedro Lalanda** foi o grande vencedor deste ano, que sucede assim a António Curto vencedor do ano passado.

Já no match-play o vencedor foi também o **Pedro Lalanda**, que faz assim a dobradinha e que sucede a Noé Oliveira vencedor do ano passado.

Simultaneamente, realizámos a quinta edição da Ordem de Mérito Geral, em que participam os Sócios e todos os convidados e cujo vencedor GROSS e NET foi o **João Martins**.

Em 2017, os torneios da Ordem de Mérito foram disputados nos seguintes campos: Penha Longa, Sto Estevão, Royal Óbidos, Campo Real, Ribagolfe e Belas.

Já o torneio de Verão foi disputado no campo de San Lorenzo na Quinta do Lago e o torneio de Encerramento na Quinta da Marinha.

"Qta Marinha-141" – Luis Valença no green

Os Sócios vencedores dos torneios da Ordem de Mérito de 2017 foram: **Paulo Lemos Francisco**, na Penha Longa, **Manuel Brigas**, em Sto Estevão, **José João Soares**, em Royal Óbidos, **Pedro Lalanda**, em Campo Real, **Mário Afonso**, em Ribagolfe I e **Luis Miguel Fernandes**, em Belas.

Realizou-se durante 3 meses uma Academia de Iniciação ao Golfe, com mais de 25 participantes, no campo de Oeiras, junto ao TagusPark e que culminou com três torneios de convívio da Academia com a integração de jogadores consagrados do Clube.

Merece também destaque, os resultados alcançados pelo Clube Millennium bcp, quer no Campeonato Nacional de Empresas, ao apurar duas equipas para a Final Nacional do Expresso BPI Golf Cup, que se realizou nos Açores, quer no Torneio Interbancário, em que venceu a primeira prova, e ficou em segundo lugar na segunda prova.

"Qta Marinha-146" – Pedro Lalanda

"Qta Marinha-7" – Pedro Lalanda – Vencedor da OM 2017 e do MatchPlay 2017

Recordamos a galeria de vencedores das competições do Clube:

Ordem de Mérito

- Pedro Lalanda - 2017
- António Curto - 2016
- Pedro Lalanda - 2015
- 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

- Pedro Lalanda - 2017
- Noé Oliveira – 2016
- Noé Oliveira – 2015
- 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

Neste ano de 2017, cada um dos torneios teve a seguinte participação de jogadores:

Prova	1ºOM	2ºOM	3ºOM	4ºOM	5ºOM	6ºOM	Verão	Encerramento
Campo	Penha Longa	Sto. Estevão	Royal Óbidos	Campo Real	Ribagolfe	Belas	S. Lourenzo	Qta da Marinha
Nº de Jogadores	70	64	71	40	57	65	72	80
Nº de Sócios	37	37	38	20	25	37	10	30

Desporto

Karaté

Diretor Carlos Rodrigues / Seccionista Júlio Pinto (Norte) / Mestre Carlos Rodrigues

"BUDÔ" - "o caminho" (DÔ) de "deter a violência" (Bu)

A Secção de Karaté DÔ Clube Millennium bcp - Delegação Norte, em 2017 continuou a promover a prática regular do Karaté, através da participação ativa em diversos eventos, sejam este de caris competitivo ou formativo.

A Secção contou com a participação regular de 12 karatecas a evoluírem de forma positiva e consistente. Os mais jovens continuam assim 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".

Os karatecas do Clube estiveram presentes nas mais diversas atividades, das quais a destacar a participação nos seguintes eventos:

• I Gala Millennium bcp – DN | Fundação Cupertino de Miranda, Porto - 28 de Jan. 2017, na qual foram distinguidos dois karatecas da Secção, Júlio Pinto e José Carlos Fernandes.
• Estágio Nacional de Inverno – Mortágua, 25 a 26 de Fevereiro de 2017
• Campeonato Karaté Shukokai - Portugal (Individual), 11 e 12 de Março de 2017
• Sessão de Cinema BOSS BABY, 15 de Abril de 2017
• Treino Conjunto Norte - Fluvial - Porto, 22 de Abril de 2017
• Estágio Regional Norte – Ermesinde, 06 e 07 de Maio de 2017
• Ação de Formação - Fundamentos de Arbitragem - S. Javier Escalante - Santo Tirso, 23 de Setembro de 2017
• História do Karaté - Penacova, 30 de Setembro de 2017
• Gashuku Internacional - Coimbra, 24, 25 e 26 de Novembro de 2017
• Treino final Ano CMBCP, 30 de Dezembro de 2017

Estágio Nacional de Inverno – Mortágua, 25 a 26 de Fevereiro de 2017;

Evento com uma participação de 334 karatecas provenientes de 26 dojos de todo o país, e no qual, através dos seus karatecas e familiares, estágio onde a Secção de Karaté DÔ Clube Millennium bcp-DN também esteve presente.

Campeonato Karaté Shukokai - Portugal (Individual), 11 e 12 de Março de 2017

Sessão de Cinema BOSS BABY, 15 de Abril de 2017

A 15 de abril de 2017, os karatecas da Secção de Karaté DÔ Clube Millennium bcp – Delegação Norte, efetuaram uma demonstração da Arte do **Karaté Shukokai**, integrada na Sessão de Cinema do filme **BOSS BABY**, em Matosinhos, no intuito de apresentar e promover a modalidade a outros Sócios do Clube Millennium bcp, evento organizado através do promotor e Diretor Francisco Zuzarte, dinamizador e responsável pela Secção das diversas Atividades Culturais e Espetáculos, conjuntamente com o Carlos Rodrigues.

Treino Conjunto Norte - Fluvial Porto, 22 de Abril de 2017

Estágio Regional Norte – Ermesinde, 06 e 07 de Maio de 2017

Estiveram presentes no estágio 60 karatecas provenientes de 6 dojos da zona Norte, entre os quais também os karatecas da Secção de Karaté DÔ Clube Millennium bcp -DN.

Ação de Formação - Fundamentos de Arbitragem - S. Javier Escalante - Santo Tirso, 23 de Setembro de 2017

História do Karaté - Penacova, 30 de Setembro de 2017

Gashuku Internacional - Coimbra, 24, 25 e 26 de Novembro de 2017

Estágio com 400 karatecas provenientes de 33 dojos nacionais, entre os quais também os karatecas da Secção de Karaté DÔ Clube Millennium bcp-DN.

Karaté

Treino final Ano CMBCP, 30 de Dezembro de 2017

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

8º Kyu (Cinto Amarelo) | Fev. 17
Simão Carvalho
5º Kyu (Cinto Azul)
Guilherme Fernandes;
7º Kyu | Cinto Laranja | Nov. 17
Simão Carvalho
3º Kyu (Cinto Castanho I)
Sofia Marques

A Secção de Karaté DO Clube Millennium bcp - Delegação Norte e atletas, expressam agradecimentos à direção do Clube Millennium bcp por todo o apoio à modalidade.
Arigatou Gozaimasu! OSS! *(Obrigado)*

Karaté, faz bem!

Desporto

Karaté

Diretor Paulo Bastos / Seccionista Luís Simão (Sul) / Mestre Ricardo Lopes

A época de 2016/2017 teve a presença de 18 praticantes com idades compreendidas entre os 7 e os 16 anos.

As classe subdivididas em <= 10 anos e >11 anos.

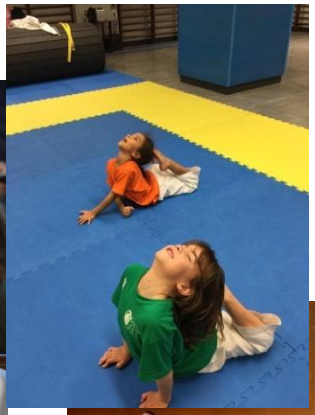
Os objetivos passavam pela pratica do Karaté tradicional, de competição e da Alfabetização motora.

No total o Grupo participou de forma diferenciada em:
3 estágios associativos; 2 torneios infantis associativos;
evento de Natal AKS; campeonato nacional de Cadetes e Juniores;
campeonato nacional de infantis, iniciados e Juvenis;
Torneio internacional de Vila das Aves;
Torneio internacional de Cascais;
Open de Lisboa;
Taça de Almeirim;

No total foram arrecadados 8 pódios.

A Secção de Karaté do Clube Millennium bcp agradece o apoio sempre incondicional do Clube e conta continuar a elevar o nome do Clube e do Karaté.

https://www.Facebook.com/KaratéClubeMillennium bcp



Desporto

Karting

Diretor Rogério Araújo/ Seccionistas Gaspar Couto e Nuno Miguel Pereira Rosa (Nacional)

Mais uma época de demonstração do elevado valor competitivo individual e coletivo dos pilotos que participam nas provas desenvolvidas pela Secção e representam oficialmente o Clube.

O **16º Campeonato Nacional do Clube Millennium bcp** desenvolveu-se em torno do aprimorado sistema de provas que constitui um fator de distinção entre vários os campeonatos desenvolvidos a nível nacional.

Durante os 8 eventos realizados nos kartódromos da Almeirim, Batalha (duas vezes), Campera, Bombarral (duas vezes), Fátima e Palmela o comportamento do grupo proporcionou uma demonstração indiscutível do franco e elevado companheirismo vivido ao longo de cada evento, tendo os níveis de exibição individual sido marcados pela constância da capacidade competitiva o que nos apraz enaltecer e que possibilitou uma luta continuada pelos diversos lugares em disputa na Classificação Geral ao longo de todo o ano.

Assim, pudemos chegar à oitava prova pontuável com uma indefinição em quase todos os lugares da classificação geral, tendo os lugares do *podium* sido conquistados apenas na última prova, tendo cabido ao Miguel Ramada, o título de Campeão.

Refiram-se alguns dados estatísticos para o ano de 2017, que servem de testemunho para a posteridade a vitalidade desta modalidade no seio do Clube:

29 pessoas inscritas no Campeonato
142 participações no total das oito provas do campeonato realizadas
18 participantes em média por evento.

Os vencedores deste ano foram os seguintes:

1º	Miguel Ramada	280
2º	Nuno Rosa	260
3º	Pedro Figueiredo	255

Nos Troféus de Representação, a Equipa Oficial do Clube Millennium bcp participou na disputa das provas mais importantes do calendário *kartístico* para empresas e troféus de resistência tendo obtido o resultado maior relevo no seguinte eventos:

Vitória em 3 das 4 provas que compõem o trofeu KIRO, alcançando assim a 4ª vitoria consecutiva no prestigiado trofeu;

3º lugar no trofeu Sodi World Series, tendo alcançado 1 vitoria e 4 pódios nas 4 provas realizadas;

6º lugar nas 500 Milhas da Batalha;

5º lugar no XX aniversario da TVI, realizado no Kartodromo de Palmela;

3º lugar na famosa TIT 2017 (Taça Inter Troféus 2017) que decorreu no Kartódromo de Viana

Desporto

Krav Maga

Diretor Paulo Bastos / Seccionista Nuno Ferrão (Sul)/ Mestre Pedro Mouzinho

O ano de 2017 que agora terminou caracterizou-se por um ano de estabilização da equipa de participantes neste sistema de defesa pessoal Israelita, e por um esforço constante de divulgação desta prática a todo o universo Millennium, o qual culminaria com o evento extraordinário realizado pelo Nosso digníssimo Clube Desportivo na Antiga FIL.

O empenho de todos e o carinho recebido pelos responsáveis do Clube Millennium bcp têm sido inexcedíveis, e pela parte da Federação Nacional de Krav Maga e da respetiva Direção na qual o V. Mestre e amigo, Pedro Mouzinho, se inclui, humildemente respondemos com mais esforço e alegria na entrega que sempre proporcionámos aos colaboradores do Millennium bcp e para que os transformemos, a todos, em autênticos "ninjas".

Invencíveis são e invencíveis serão em 2018.

Diretor Pedro Quaresma / Seccionista Jorge Lourenço (Sul)

A Secção de Mergulho Sul em associação com a Haliotis, organizou para os seus Associados dois cursos da PADI: o Open Water (Curso de mergulho de iniciação) e o Advanced Open Water (Curso para melhorar quer do ponto de vista dos conhecimentos teóricos quer práticos).

Ambos os cursos foram ministrados nas instalações da Haliotis em Sesimbra.

Curso de Mergulho "PADI Avanced Open Water" (Sesimbra)

Curso de Mergulho "PADI Open Water" (Sesimbra)

Clube Millennium bcp realiza batismo de mergulho em Matosinhos

Diretor Rogério Araújo / Seccionista Aires Pereira (Nacional)

O MotoClube BCP concretizou pela segunda vez a travessia de Portugal em moto através da mítica e cada vez mais falada Nacional 2. O programa era relativamente simples. Fazer os cerca de 740 km que separam Chaves de Faro em menos de 12 horas. Para tal foi escolhido o dia 3 de junho que nos dá luz durante bastante tempo e nos permite assim estender a atividade desde muito cedo.

Os companheiros que responderam positivamente a este desafio foram:
. Octávio Silva (organizador) com a sua Honda Deuville (repetente);
. Mário Torneiro com a sua Ducati 1199;
. Henrique Castro com a sua Honda CB 650F;
. José Almeida com a sua Honda Cross Tourer;
. Aires Pereira (organizador) com a sua Honda NC750X DCT (repetente).

De antemão e pela experiência anterior sabíamos que o principal desafio é no norte onde as cidades têm diversas saídas para outras estradas e onde o "track" em "gpx" precisava de estar o mais exato possível.

Assim, às 6h38 lá partimos do quilómetro zero para perfazer os cerca de 740 km que nos separavam de Faro. Os primeiros quilómetros ainda foram feitos sob uma temperatura algo fresca mas que não indiciava chuva. Infelizmente os que chegaram à noite (o meu caso...) não conseguiram atestar (bombas todas fechadas) pelo que a primeira paragem foi em Vila Real para atestar e já agora para o cafezinho matinal.

Os abastecimentos estavam programados para serem de 200 em 200 km mas a Ducati é uma "beberona" e tivemos que encurtar os intervalos. Animadíssimos com o andamento só parámos para almoçar em Góis, à beira-rio.

Estávamos mais ou menos ao nível de Coimbra, mas agora a estrada ia finalmente abrir, as curvas iriam ser muito menos e as retas a perder de vista iam aparecer... mas isto só depois de Pedrogão, porque antes ainda tivemos muita serra.

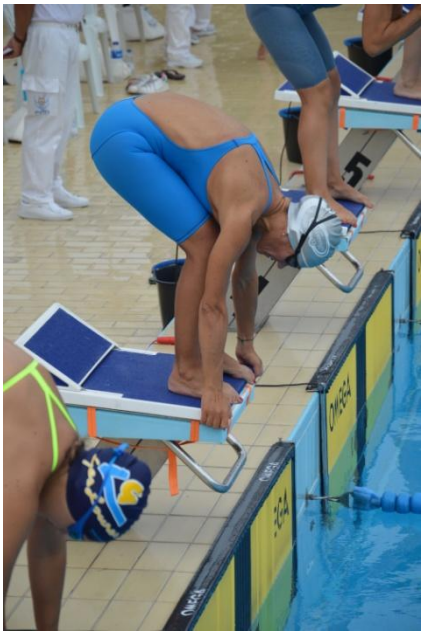
Existem três locais fascinantes para fazer umas curvas. Vila Real, Góis e Almodôvar. Dois já tinham ficado para trás. Aproximava-se agora o meio do percurso com Vila de Rei e o seu centro geodésico.

O Alentejo, já com 400 km em cima, apresentava-se doloroso de transpor por vários motivos. Enquanto andamos nas curvas vamos mudando de posição, mas quando chegamos às retas passamos longos quilómetros na mesma posição, o que aliado ao cansaço, calor (neste caso) e ventania que se fazia sentir faz um cocktail explosivo em termos de cuidados a ter para... não adormecer!

E finalmente abastecíamos pela última vez, em Almodôvar. A porta de entrada no Algarve estava escancarada e oferecia-nos 70 km de curvas até S. Brás que normalmente são feitos com muito... empenho! E assim foi, a última parte acabou por fazer esquecer tudo o resto e já com 600 e tal quilómetros nas rodas atirámo-nos à Serra do Caldeirão como se não houvesse amanhã!

A chegada à porta das instalações do Moto Clube de Faro aconteceu sensivelmente às 20h30, o que dava um intervalo de 14 horas entre o início e o fim da travessia da N2. Melhorámos em 5 horas (da primeira vez foram 19 horas!) e continuo a pensar que ainda se pode fazer um pouco melhor, mas isso fica para uma próxima oportunidade!

Diretor Fernando Maia/ Seccionista João Rodrigues Silva (Nacional)



A equipa de Natação do Clube Millennium bcp, participou em 2017 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 Adriano Barradas e Sofia Marques, estiveram presentes no Campeonatos Nacionais de Masters / Open de Inverno, que tiveram lugar na cidade de Sines, tendo João Silva obtido um 2º lugar na prova de 200 metros livres e um 3º lugar na prova de 100 bruços, escalão 50-54 anos. Sofia Marques, também conquistou um 3º lugar na prova de 400 metros livres, escalão 40-44 anos.

Presença ainda de assinalar nos XIX Campeonatos Nacionais de Masters / Open de Verão, que tiveram lugar nas piscinas municipais de Vila Nova de Famalicão, no inicio de Julho, onde estiveram João Silva, Jorge Fernandes e Sofia Marques com prestações medianas.

Em destaque o 4º lugar obtido por João Silva, nos 200 metros livres e o 4º lugar obtido por Sofia Marques nos 400 metros livres.

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 20 lugares de pódio, tendo a maior fatia de lugares cabido a João Silva com 8, seguido de Sofia Marques com 7 e Jorge Fernandes com 5 .

Os campeonatos nacionais individuais da Fundação Inatel deram a João Silva o titulo de campeão nacional nas provas de 200 metros bruços e nas provas de 50 e 800 metros livres do escalão 50-54 anos.

Setúbal Bay – 24/06/2017

No setor feminino, Sofia Marques sagrou-se campeã nacional dos 800 metros livres, escalão 40-44 anos.

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

A equipa do CMBCP participou durante o ano de 2017, em 16 provas de mar / rio (Circuito do Algarve - 8 , Sesimbra - 1, Montargil – 1, Amieira - 1, Castelo do Bode – 1, Setúbal - 1 e Zona de Lisboa - 3).

Os campeonatos nacionais de águas abertas em Masters, na distancia de 1,5 kms, sob a égide da FPN , tiveram lugar em Portel , em maio, na magnifica albufeira da Amieira.

Aí estiveram presentes João Silva e Sofia Marques.

Sofia, conquistou o titulo de vice-campeã nacional de águas abertas, do escalão 40-44 anos enquanto João Silva foi 5º classificado no seu escalão : 50-54 anos.

Presença também na já mítica Travessia António Bessone Basto, entre Paço de Arcos e Oeiras, na distância de 2500 metros, onde o Clube se fez representar por 20 nadadores.
15 nadadores nadaram a prova principal : João Silva , Joana Arantes, Nuno Prazeres, Sofia Marques, Jorge Fernandes, Filipe Horta, Paulo Quintino, Pedro Mendes, Paulo Silva, António Seixas, Bruno Vaz, Carlos Abrunhosa, Eduardo Ferreira, Humberto Lomba e José Farinha.

O destaque foi para as classificações de Joana Arantes : 2ª do escalão, Sofia Marques : 2ª do escalão e João Silva : 3º do escalão.

Na prova mais curta, na distância de 1000 metros, estiveram presentes os nadadores António Ramos, Pedro Canas, Rita Vaz e Filipa Vilar e Inês Faria.

Circuito de Mar do Algarve 2017 – 20/08/2017

Integrada na etapa europeia da Taça do Mundo de águas abertas, realizou-se, em 24 de junho, no Parque Urbano de Albarquel, em Setúbal, uma prova aberta, na distância de 1666 metros, denominada Prova Aberta FINA Water Mass Swimming World Series Setúbal Bay 2017, onde estivemos representados por 8 nadadores : João Silva, Joana Arantes, Sofia Marques, Filipe Horta, Jorge Fernandes, António Seixas, António Ramos e Inês Morgado.

Joana Arantes esteve em destaque ao obter o 1º lugar do escalão 45-49 anos, Sofia Marques conseguiu conquistar o 2º lugar no escalão 40-44 anos e João Silva classificou-se em 3º lugar do escalão 50-59 anos.

Mais a sul, durante o mês de agosto, João Silva (escalão 50-59 anos) e Sofia Marques (escalão 40-49 anos), revalidaram os títulos de campeões do Circuito de Mar do Algarve 2017.

João venceu 6 das 8 etapas da prova enquanto Sofia Marques venceu duas e classificou-se em 2ª em outras três etapas.

Este evento que funciona como um "campeonato", somando os nadadores pontos, conforme a sua classificação em cada uma das provas, teve a presença de 6 nadadores do Clube que participaram nas diferentes etapas. Para além dos 2 nadadores já mencionados, Joana Arantes, Filipa Vilar, Jorge Fernandes e António Seixas, foram os nossos outros representantes.

De salientar ainda a participação no “Swim Challenge Cascais 2017” , prova de águas abertas nas distâncias de 3800 , 1900 e 1852 metros, que se realizou em setembro, na Praia da Duquesa, onde o Clube se fez representar por 16 nadadores.

Participaram na prova mais exigente de 3800 metros, os nadadores João Silva, Pedro Fernandes, Luís Faria, Paulo Quintino, Bruno Vaz, António Ramos, João Gonçalves, Eduardo Ferreira, José Farinha e Sofia Marques.

Pedro Fernandes foi o nosso melhor representante ao classificar-se na 3ª posição do escalão.

Mas a melhor prestação das nossas cores, neste evento, ficou a cargo de Joana Arantes, na prova de 1900 metros ao classificar-se na 3ª posição absoluta feminina e 1ª do escalão.

Participaram ainda nesta distância os nadadores Nuno Prazeres, Pedro Mendes, Jorge Fernandes e Inês Faria.

Na classificação coletiva de Clubes, o Clube Millennium bcp obteve uma honrosa 3.ª posição num total de 66 Clubes a concurso.

Também em setembro, a equipa participou, no cais da Colunas , em Lisboa, na prova denominada "José Freitas Águas Abertas - Prova do Tejo 2017", que homenageou o Sr. José de Freitas, nadador mítico da natação das águas abertas, treinador olímpico com mais de 40 anos de carreira e 75 anos dedicados à modalidade. Estiveram presentes os seguintes nadadores : João Silva, Jorge Fernandes, António Seixas, Sofia Marques e Filipa Vilar. Os destaques vão para Sofia Marques que venceu o seu escalão e para João Silva que obteve o 3.º lugar do escalão IV.

Ainda em setembro, a equipa deslocou-se à Barragem de Montargil para aí participar na sua 1ª travessia. As melhores prestações ficaram a cargo de Sofia Marques que conquistou o 2.º lugar do escalão C/D e João Silva que se classificou no 5.º lugar do escalão E/F.

Em inicio de outubro, participámos em mais uma edição da "Travessia da Baía de Sesimbra" que se realizou no dia 5 de outubro.

A defender as nossas cores, estiveram presentes 4 nadadores : João Silva, Jorge Fernandes, Joana Arantes e Sofia Marques. Destaque para, na categoria de federados, os 2º lugares de Filipe Horta, no escalão F & G masculino e Joana Arantes no escalão D & E feminino.

A finalizar a época de águas abertas, realizou-se no dia 21 de outubro, em Aldeia do Mato, Albufeira da Barragem de Castelo do Bode, mais uma edição do Challenge Open Water, prova que contava para o X Circuito Nacional de Águas Abertas da FPN.

O Clube Millennium bcp esteve presente com 5 nadadores: João Silva, Jorge Fernandes, Guilherme Tomé, Joana Arantes e Sofia Marques.

Os 4 elementos masters participaram na prova da milha (1.852 metros) e na prova de estafeta (4 x 1.000 metros).

O destaque da prova da milha vai para as vitórias de João Silva no escalão F e de Joana Arantes no escalão E. Mas foi a Sofia Marques, que ao classificar-se em 2.º lugar do seu escalão, garantiu a vitória no Circuito Nacional (com 5 provas realizadas) e o consequente título de campeã nacional no escalão D.

A atividade da Secção de natação e águas abertas do CMBCP pode ser seguida no Facebook através da página:

Clube Millennium bcp – Natação e Águas Abertas

Desporto

Padel

Diretor Fernando Abel Carvalho/ Seccionista Filipe Vieira (Norte)

Atividades 2017:

-Protocolo com "Padel Lovers" (Matosinhos)

-Protocolo com "Top-Padel Portugal" – Clube de padel com 3 academias de grande destaque e prestígio no Porto – Fluvial, Industrial e Quinta do Fojo

-Inscrição de equipa Norte do CMBCP no torneio de grande visibilidade nacional "BPI Expresso Padel Trophy". Tratou-se do primeiro campeonato nacional de Padel por empresas participado pelo CMBCP – 600€

Equipa constituída por 10 Sócios do CMBCP (equipamentos disponibilizados pelo Clube).

Realização de treinos semanais entre elementos da equipa (1 treino pago pelo Clube – 24€).

A equipa ficou classificada no 4º lugar da região Norte.

Diretor António Coimbra/ Seccionista Paulo Kellen (Sul)

O Padel é uma modalidade muito recente, mas que já conquistou muitos adeptos.

O país desportivo mudou com o aparecimento de imensos Clubes onde o Padel é a modalidade rainha.

O número de praticantes cresce constantemente no país e realizam-se encontros e torneios.

Em 2017, o Clube participou em algumas provas de empresas, tendo-se classificado em 2º na prova do Campo Grande, entre algumas das mais importantes do país como a Portugal Telecom ou os CTT e outros Bancos, participámos no Padel Trophy sem qualquer custo e ainda num torneio de empresas no Indoor Padel Center .

Organizaram-se alguns treinos com a participação de um número razoável de Sócios.

Realizámos dois torneios internos e duas clínicas de Padel no Estádio Universitário de Lisboa com bastante adesão.

Diretor Mário Fonseca/ Seccionista Mário Vieira Alves (Norte)

Manuel Alves – 1º

Luís Monteiro – 3º

PESCA DESPORTIVA

Durante o ano de 2017, a Secção de Pesca do CMBCP – Norte participou em todos os eventos regionais organizados pelo Sindicato dos Bancários do Norte nas modalidades de Surf Casting, Rio Mar e Alto Mar, tendo apurado para todas as fases Nacionais dois pescadores na final de Surf Casting realizada na Praia de Consolação / Peniche, quatro na final em Talagueira/Castelo Branco, três na final de Mar em Peniche e dois na final de Alto Mara 2016/2017 em Peniche.

A final de Alto Mar de 2017/2018, Contará com um pescador (Domingo Correia) do Clube, a realizar em abril de 2018 em Matosinhos.

De considerar o empenhamento e espírito desportivo demonstrados pelos nossos Associados. Nas fases finais o desempenho ficou abaixo das expetativas, comparativamente ao alcançado em 2016.

A Secção de Pesca (Delegação Norte) endereça a todo o universo de pescadores, aos dirigentes regionais e nacionais e a todos os Sócios do CMBCP a cordiais

SAUDAÇÕES PISCATÓRIAS!

Convívio na entrega dos prémios

Apresentamos todas as classificações do ano de 2017

CAMPEONATOS REGIONAIS - **LUGARES DE PÓDIO**				
		Classificações INDIVIDUAIS		
Nomes	**Alto Mar-2017 /18**	**Surf Casting**	**Rio**	**Mar**
Luis Monteiro			**3º LUGAR**	
Manuel Alves				**1º LUGAR**
Todas as classificações				
Abel Pinto			25º lugar	
Aires Saldanha		23º lugar		28º lugar
Alberto Malheiro	6º lugar			
António Lima			14º lugar	
Domingos Correia	5º lugar			7º lugar
Fernando Ribeiro		4º lugar	22º lugar	5º lugar
Helder Monteiro				16º lugar
José Alvaro Ribeiro			10º lugar	
José Araújo		23º lugar		30º lugar
José Ramalho		23º lugar		26º lugar
José Xavier	10º lugar	8º lugar	18º lugar	11º lugar
Luis Ferreira	14º lugar			
Luis Monteiro			3º lugar	
Manuel Alves	11º lugar		19º lugar	1º lugar
Manuel Oliveira		6º lugar	15º lugar	6º lugar
Virgilio Santos	9º lugar			

CAMPEONATOS REGIONAIS - **LUGARES DE PÓDIO**				
		Classificações COLECTIVAS		
EQUIPA MBCP	**2º Lugar**			
Composta por: Alberto Malheiro, José Xavier, Manuel Alves e Virgílio Santos				
EQUIPA MBCP		**2º LUGAR**		
Composta por: Fernando Ribeiro, Joaquim Oliveira e José Xavier				
EQUIPA MBCP			**3º LUGAR**	
Composta por: António Lima, José Ribeiro e Luis Monteiro				
EQUIPA MBCP				**1º LUGAR**
Composta por: Domingos Correia, Fernando Ribeiro e Manuel Alves				

CAMPEONATOS NACIONAIS - Classificações INDIVIDUAIS				
Nomes	**Alto Mar-2016/17**	**Surf Casting**	**Rio**	**Mar**
Virgilio Santos	**8º lugar**			
Alberto Malheiro	**10º lugar**			
José Ribeiro			**9º Sector C**	
António Lima			**11º - Sector A**	
Manuel Oliveira		**13º Sector**	**13º - Sector A**	**29º lugar**
Luis Monteiro			**14º - Sector B**	
Fernando Ribeiro		**3º Sector**		**20º lugar**
José Xavier				**22º lugar**

CAMPEONATOS NACIONAIS - Classificações COLECTIVAS			
EQUIPA MBCP	**s/equipa**		
Composta por:			
EQUIPA MBCP		**12º lugar**	
Composta por: José Ribeiro, António Lima e Luis Monteiro			
EQUIPA MBCP			**7º lugar**
Composta por: Fernando Ribeiro, José Xavier e Manuel Olveira			

Diretor Manuel Bedino / Seccionista Francisco Garcia (Sul)

A Secção de Pesca do Clube Millennium bcp - zona sul, participou em provas de quatro modalidades de pesca, Surfcasting (pesca de Praia), Pesca de Mar (pesca à boia na costa), Barco Fundeado e Pesca de Rio, organizadas pelo SBSI e SBC.

Resultados desportivos de 2017 mais significativos:

Mar

- Regional SBSI – individualmente 1º José Carlos Bernardino e 10º António Conceição Marques, coletivamente conseguimos o 1º lugar
- Nacional Interbancário – individualmente 8º José Carlos Bernardino e coletivamente o 3º lugar

Surfcasting

- Regional SBSI – individualmente 5º Rui Santos, 6º Vitor Rodrigues e 8º António Conceição Marques
- Nacional Interbancário – classificação por Zona, 2º António Conceição Marques e 3º Vitor Rodrigues, coletivamente o 3º lugar

Barco Fundeado

Nacional Interbancário – com a vitória de António Valério

Rio

- Em setembro levámos a efeito prova com os colegas da zona de Évora na barragem da Oleirita, perto de Arraiolos que contou com 14 equipas de 2 pescadores, tendo a dupla vencedora obtido o score de 63,930 Kg
- Regional SBSI e SBC– Embora com boas classificações por zona a prestação irregular só nos permitiu classificar para a final Nacional dois pescadores, António Conceição Marques e José Ferreira
- Nacional Interbancário classificações por zona, 5º António Conceição Marques.
- As Secções Regionais de Tomar de Santarém, efetuaram 4 provas que contaram com a presença de elementos do Clube Millennium bcp

Diretor Paulo Bastos / Seccionista Luís Simão(Sul) / Instrutoras de Pilates Paula Amaral e Rita Vargas

A sala de aula e alguns exercícios...

O mesmo exercício, diferentes adaptações.

O mesmo exercício em que alguns alunos têm carga (pesos nas pernas), outros não.

Pilates Laboral

Embora tenha iniciado a prática de Pilates no Clube na época de 2014/2015, o Pilates à hora do almoço iniciou-se na época 2016/2017. Nesta altura foram criadas duas novas turmas, das 12:00 às 14:00, tendo-se por este motivo aproveitado o espaço do ginásio mais amplo e arejado, pois a esta hora não haviam outras atividades a decorrer.

Na época seguinte, os horários foram alterados para as 11:30 e 13:30, mantendo-se a maioria dos alunos da época anterior.

Relativamente às aulas de Pilates propriamente ditas, são utilizados pequenos aparelhos como bolas, rolos e elásticos com o objetivo de dificultar ou facilitar. Nos exercícios de fortalecimento muscular (para os membros inferiores e superiores) são utilizados pesos adequados às necessidades de cada indivíduo e aos objetivos de cada um.

Relativamente às turmas constituídas, existe uma grande heterogeneidade de alunos não só em termos de idade mas também de patologias.

Por este motivo, para cada aula, existe um fio condutor com um conjunto de exercícios que são sempre adaptados às condições físicas de cada indivíduo, sendo por vezes necessário alterar o tipo de exercício ou de material a utilizar para ir ao encontro de necessidades específicas de cada aluno. Desta forma, e se tal se justificar, a aula pode não ser igual para todos os alunos desse mesmo horário. Na realidade quase nunca o é.

O objetivo das aulas é que cada aluno apreenda os conceitos básicos de postura, organização corporal e leve estes conceitos integrando-os nas tarefas diárias, nos pequenos gestos para originar grandes melhorias.

De momento estão inscritos 14 alunos, que frequentam as aulas com regularidade.

Para eles, porque são alunos excecionais, não só pela persistência, dedicação e empenho, mas pela simpatia e boa disposição constante, o meu agradecimento.

Como professora, testemunho as suas melhorias e não há melhor recompensa.

Este projeto tem sido um constante desafio para mim como professora, e para os meus alunos. Penso que de parte a parte tem havido ajustes e melhorias constantes.

Quero agradecer a colaboração que o Clube tem prestado na constante melhoria das condições de prática da modalidade, quer a nível de equipamento, quer a nível das instalações (limpeza e reparação)
Paula Amaral - Instrutora de Pilates Laboral

Pilates Pós laboral
A atividade de Pilates pós-laboral, em Lisboa, continuou a sua atividade com o entusiasmo de todos os participantes.

Desenvolveram-se os exercícios tradicionais e exploraram-se outros, tendo em conta o perfil de cada Sócio, na expectativa de melhorar o bem estar e a qualidade de vida de todos os participantes.

A postura está relacionada com a saúde e o bem-estar.

Um grande número de problemas de saúde podem ser evitados, através do fortalecimento muscular da zona abdominal e lombar através de exercícios realizados a baixa intensidade e com repetições... isto é o PILATES.

Rita Vargas - Instrutora de Pilates

Diretor Fernando Abel Carvalho / Seccionista Anselmo Pinto (Norte)

Pool bola8

Durante o ano de 2017, a Secção Norte de Bilhar do Clube, levou a efeito várias provas, onde juntou à mesa vários adeptos da modalidade em duas variantes, Pool Bola 8 e a nova variante - Snooker.

Decorreu em abril o "Especial de Páscoa" onde o vencedor foi o António Jorge.

Iniciou-se também o campeonato interno Norte que terminou em novembro, com a participação de 17 participantes e que teve como vencedor o Anselmo Pinto, que revalidou o título conseguido no ano anterior.

Na 2ª edição do Torneio das Beiras, em Mangualde, o Paulo Figueiredo venceu novamente este evento, que contou com a participação de 6 inscritos.

Em dezembro realizou-se o evento "Encontro de Bancários/secções", em Lisboa que teve este ano como vencedor o Alexandrino, que triunfou na final perante o Pedro Correia.

Também em 15 de dezembro realizamos o "Especial de Natal", em que o reaparecido José Coelho venceu de forma categórica.

Snooker

Tivemos uma experiência, nesta variante de bilhar, que foi do agrado de todos os 16 participantes. Experiência que estamos a contar realizar de novo. Teve como vencedor o José Campos.

Foi proposto pela Academia Free Ball Snooker, a participação de uma equipa do Clube no Campeonato Federado de Snooker, em parceria com a Academia Free Ball Snooker. Estamos por isso a participar no Campeonato Nacional. E se bem que, sendo o primeiro ano demonstramos alguma inexperiência, o facto é que já vencemos uma das equipas que aspirava ao 1º lugar, o Leixões SC e estamos a melhorar o nosso desempenho.

A equipa é composta por: Anselmo Pinto, José Campos e Vasco Almeida.

Desporto

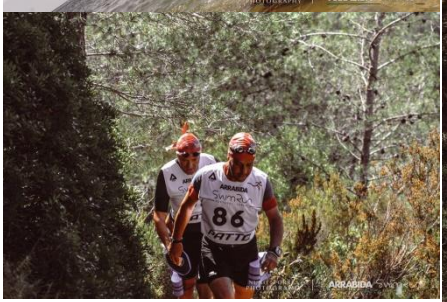
SwimRun

Diretor Rogério Araújo/ Seccionista Eduardo Filipe (Nacional)

Realizou-se no dia 4 de junho a primeira prova desta nova modalidade em Portugal, o Clube Millennium bcp entrou para a história como o Clube mais representado com 15 atletas no total de 200. A prova realizou-se no fabuloso cenário das praias de Setubal.

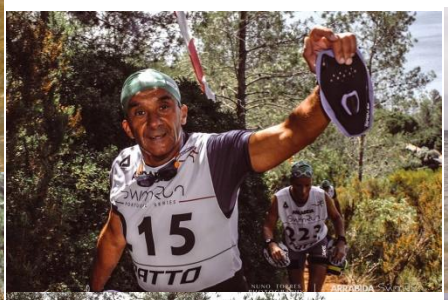
O SwimRun é uma mistura de natação em águas abertas, Trail e aventura, divididos em vários sectores, com transições sucessivas entre o trail e a natação.

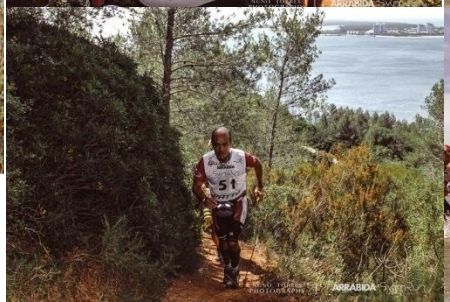
Este desporto para além de velocidade, resistência exige também estratégia. O regulamento permite aos participantes a utilização de equipamentos de flutuação, utilização de palas e de fatos isotérmicos, de forma atenuar o uso de sapatilhas de natação, todo o equipamento é transportado pelo atleta desde inicio ao fim da prova.



O ano de 2018 vai ser marcado pelo 1º circuito de SwimRun de Portugal com a realização de muitas provas e o Clube Millennium bcp vai estar presente!

15 de abril - Zêzere
13 de maio – Alqueva
24 de junho – Faial (Açores)
16 de setembro – Arrábida
4 de novembro – Machico (Madeira)





clube Millennium bcp

Desporto

SwimRun

Ténis de Campo

Diretor Fernando Abel Carvalho / Seccionista Joaquim Guedes Costa (Norte)

A principal atividade da Secção foi a organização do **Torneio de Ténis do Clube Millennium bcp que se realizou nos dias 25 e 26 de março de 2017 no ALA NUN´ALVARES DE GONDOMAR.**

É nosso dever agradecer a todos os participantes, 14 atletas, pelo elevado nível técnico, tático e físico que apresentaram nos diversos jogos realizados na variante de singulares e de pares e pela animação verificada ao longo destes dois dias já que os aplausos foram muitos para as diversa jogadas efetuadas com brilhantismo.

Uma palavra de estímulo para os participantes mais jovens: Luís Botelho (14 anos), Carlos Botelho (filho) (18 anos) e Ana Brandão (20 anos) com um elevado padrão em termos de ténis. O futuro estará garantido! Também uma palavra de parabéns para o Artur Penedos (67 anos) demonstrando que o Ténis não tem idade e é sinónimo de juventude.

Quanto aos resultados:
A dupla Fernando Cunha / José Baptista apesar da excelente réplica da dupla Fernando Carvalho / J. Guedes da Costa, estes acabaram por sucumbir por um resultado de 3/6 6/4 e 10/1; quanto à final de singulares protagonizada pelo J. Guedes da Costa e pelo Carlos Botelho filho e não obstante a réplica dada por este último, a mesma foi ganha pelo 1º com parciais de 6/2 e 6/2, que aliás são bastante enganadores em face do equilíbrio existente entre ambos os jogadores e as longas troca de bolas.

Também salientaria a participação no Torneio Nacional do Sindicato dos Bancários que se realizou em maio de 2017 e teve a participação de atletas do CMBCP do norte e cujos resultados foram os seguintes:

No escalão de + 60 anos, o Paulo Horta - campeão nacional
No escalão de + 55 anos , o Antonino Pais
No escalão de + 45 anos, o J. Guedes da Costa - campeão nacional.

Ténis de Campo

E em dezembro de 2017, na Maia realizou-se o Torneio Regional do Sindicato Bancários norte de apuramento para o nacional que se irá realizar em Santarém no próximo mês de maio de 2018 e cujos resultados foram os seguintes:

No escalão de + 60 anos, o Paulo Horta ficou campeão regional e apurado para o nacional;
No escalão de + 55 anos, J. Guedes da Costa ficou campeão regional e Antonino Pais, vice-campeão, ambos apurados para nacional;
No escalão de + 45 anos, o Adelino Silva ficou em 3º e apurou-se para o nacional.

Desporto

Ténis de Campo

Diretor Ubaldino Morgado / Seccionista José Polido (Sul)

Torneio Oficial de Abertura do Cif, realizado em Fevereiro

Oficial-Regional Individual de Veteranos Março e Abril

Oficial-InterClubes

Social-Final Nacional Bancários nas Caldas da Rainha

O ano de 2017 permitiu à equipa de seccionistas dar seguimento ao trabalho iniciado nos anos anteriores e mostrar, ainda mais, a modalidade a todos os Associados no nosso Clube. Registamos com agrado a grande participação de todos os nossos Associados nos eventos internos organizados pela Secção; a participação em eventos oficiais (organizados pela Federação Portuguesa de Ténis) e a continuidade das parcerias com todos os Clubes com vantagens para os Associados do nosso Clube.

A nível interno, foram realizados três eventos e todos de caráter competitivo.
O **14º Torneio Clube Millennium bcp**, realizado no mês de Maio, com uma participação global de 33 atletas, distribuídos por um total de 3 escalões distintos: seniores, veteranos, pares e consolação. De registar com apreço a participação de novos elementos que aderiram ao evento. Em termos globais, realizaram-se um total de 54 encontros em 70 horas de amena confraternização, terminando com um Jantar convívio para todos os participantes e familiares que pretenderam aderir.

O **Torneio de Pares Sorteados**, realizado no inicio de Julho também teve um belíssima adesão de 14 participantes, 6 encontros e mais 10 horas de pleno convívio.

O **Torneio de Outono**, realizado no fim do mês de Setembro e inicio de Outubro, teve a participação máxima permitida de 16 atletas e mais 15 encontros e 16 horas de trabalho árduo.

No âmbito social, disputámos ainda mais dois torneios, sendo um realizado no inicio do Ano pelo Banco de Portugal, em homenagem ao colega **Eusébio Alves** e um segundo o já tradicional realizado pelo Sindicato Bancários Sul e Ilhas.

Social – Torneio Interno

Oficial Torneio Paço Arcos

Ténis de Campo

Social Pares Sorteados

Oficial – Final Nacional de Equipas em Lousada

Oficial – Torneio Torres Vedras

Social Open de Outono

Em relação a eventos oficiais (organizados pela Federação Portuguesa de Ténis), o nosso Clube participou num total de 8 eventos, distribuídos, ao longo do ano, da seguinte forma:

- Torneio Abertura do CIF
- Campeonato Regional Veteranos
- Campeonato InterClubes – veteranos +60 anos
- Torneio Paço Arcos
- Final Nacional Equipas
- Torneio Torres Vedras
- Torneio Carcavelos
- Torneio José Cavaco

Em especial destaque para este ano, a presença e pela primeira vez na **Final Nacional de Equipas, escalão + 60**, disputada em Lousada no mês de Julho, perante o estrelato do Ténis Nacional contra equipas de elevado nível tenístico como o **CIF, Porto E LAGOS**.

Nas restantes provas, em termos de resultados, os nossos atletas obtiveram elevado mérito, alcançando variados lugares no pódio.

Este ano destacam-se as finais alcançadas no **Torneio do CIF** e **de Paço Arcos** dos atletas **Campos Palma** e **José Matos**, a grande vitória no InterClubes da equipa + 60 contra a poderosa equipa da Portela e no Torneio Regional de Veteranos o colega **Campos Palma** atingiu os ¼ de final.

No Torneio de Paço de Arcos, o grande realce vai inteiríssimo para o atleta José Matos, que apenas foi derrotado na final do torneio.

No **Torneio de Torres Vedras**, salienta-se as belíssimas prestações do **Jorge Gil** e **Isaac Lourenço** que apenas sucumbiram nos quartos de final no escalão de +55.

Ténis de Campo

Oficial Torneio Carcavelos

Oficial Torneio José Cavaco

Social Final Regional Bancários

No **Torneio de Carcavelos** de realçar as prestações do **José Matos** e **José Nobre** que também atingiram os quartos de final e de assinalar também a primeira presença do atleta Arnoldino Vasconcelos no seu primeiro torneio oficial como representante do Clube.

No **Torneio José Cavaco**, destaque especial e novamente para o colega José Matos que perdeu nas meias finais para o vencedor da prova, Santos Costa.

Em termos coletivos, a nossa **Equipa de Veteranos +60** sagrou-se **Vice-Campeã Regional no InterClubes**, tendo sido apurada com a Equipa Vencedora, o CIF, para as **Finais Nacionais disputadas em Lousada**. Os atletas que fizeram parte da equipa foram: Campos Palma, Delfim Caseira, Isaac Lourenço, Jorge Gil, José Matos, Costa Matos, Nelson Fernandes, José Carlos Nobre, João Morais e Dino Vasconcelos.

De realçar ainda a belíssima participação dos nossos atletas na **Final do XXXV torneio do Sindicato Bancários**. O Clube fez-se representar por um total de 24 atletas, distribuídos por 6 escalões.

No que refere a resultados e títulos alcançados pelos nossos atletas, destacaram-se os seguintes:

Campeões:
Rui Magalhães (Veteranos)
José Francisco Matos (Vet + 55)
José Manuel Frazão (Vet + 65)
Olga Alfaiate (Senhoras)
André Violante Amaro (Jovens 10 / 13)

Vice-campeões:
Jorge Gil Gonçalves (Vet + 55)
António Campos Palma (Vet + 60)
Nelson Fernandes (Vet + 65)
João Mira Brejo (Jovens 10 / 13)
Fernando Silva (Torneio Consolação)

Para terminar, mantiveram-se as parcerias existentes com os diversos Clubes para fomento da modalidade e redução de custos nos alugueres para os Sócios do Clube.

Desporto

Ténis de mesa

Diretor Fernando Abel Carvalho / Seccionista Carlos Leitão Pereira (Norte)

Umas das modalidades mais antigas do Clube, que apesar da sua veterania, continuamos a representar, com excelentes resultados, nas provas que participamos (INATEL, FPTM/ATMP e Provas Particulares).

Alguns resultados a salientar:

Campeões Nacionais por Equipas INATEL (Carlos Leitão, António Leitão e Alfredo Magalhães)
Vice Campeões Distritais por Equipas (Carlos e António Leitão, A. Magalhães, Jorge Pinheiro, Arsénio Martins e Carlos Alberto)

Carlos Leitão :

Vice Campeão Nacional de Pares
Vencedor do 1º Torneio Santander Totta
" " XI " CCD Queijas
" " VIII " Sindicato Bancários do Norte
2º Lugar do Ranking List
Campeão Distrital Veteranos Escalão V – VI e VI ATMP

António Leitão:

Vice Campeão Nacional Pares
" " Distrital Individual Veteranos Escalão IV ATMP
2º Lugar em Lisboa no Circuito de Veteranos FPTM

Alfredo Magalhães:

Vice Campeão Nacional Individual
" " Distrital de Pares

Diretor Ubaldino Morgado / Seccionista José Polido (Sul)

Eventos realizados na época 2016/2017, Secção Ténis de Mesa (SUL):

Campeonato Distrital Individual de Lisboa - INATEL

O Clube Millennium bcp, esteve presente com 5 atletas, no Campeonato Distrital Individual de Lisboa, organizado pela Fundação INATEL, nos meses de novembro/2016 a janeiro/2017.

Os concorrentes foram distribuídos por 3 séries, o Clube Millennium bcp esteve presente na Série "A" e "C".

Torneio de Ranking List a organizar pelo CCD do Grupo Desportivo Santander Totta

O Torneio Ranking List Inatel é constituído por 5 provas, no dia 25 de março realizou-se o Torneio de Ténis de Mesa CCD do Grupo Desportivo Santander Totta - Lisboa, organizado pelo Centro Cultural do Grupo Santander Totta, onde o Clube Millennium bcp esteve representado com 3 atletas, de realçar as boas prestações, demonstrando uma melhoria a sua performance.

Torneio de Ranking List a organizar pelo CCD da Imprensa Nacional da Casa da Moeda

O Torneio Ranking List Inatel é constituído por 5 provas, no dia 20 de maio realizou-se o Torneio de Ténis de Mesa CCD da Imprensa Nacional da Casa da Moeda - Lisboa, organizado pelo Centro Cultural da Casa da Moeda, onde o Clube Millennium bcp esteve representado com 3 atletas, de realçar as boas prestações, demonstrando uma melhoria a sua performance.

III Torneio Fim de Ano Millennium bcp

Mais uma vez o Clube Millennium bcp realizou o Torneio Fim de Ano, onde o convite a participação dos seus Associados foi evidente.

A face final do torneio realizou-se durante o mês de janeiro/2017, no ginásio "HealthClub Gingko" (Tagus Park Edif. 6), como 18 participantes.

Após a face de Grupos, os atletas foram divididos em dois grupos, Masters e Placa B.

De realçar a forte participação no torneio e pelo equilíbrio nos resultados, evidenciado nos jogos realizados entre 1ºs e 2ºs classificados em MASTERs e na Placa B.

Diretor Francisco Zuzarte/ Seccionista José Coelho (Norte)

Apresentamos um breve resumo da atividade da Secção de tiro do CMBCP na época de 2017.

Realizou-se no dia 13/05/2017 no Clube de Caçadores de Matosinhos o. primeiro torneio regional do SBN na modalidade de trap 5, a 2 pranchas de 25 pratos.

Como tem sido habitual o nosso colega e Associado João Amorim, não deixou os seus créditos por mãos alheias, tendo vencido esta prova, tendo os colegas Huet Bacelar e José Coelho ficado respetivamente em terceiro e quarto lugares.

Estas classificações viriam a repetir-se no segundo torneio regional do SBN desta feita realizado no Clube Industrial de Pevidém no dia 03/06/2017.

Na final Nacional dos três Sindicatos realizada desta feita em Viseu, no dia 01/07/2017, que não correu de feição para nenhum dos nossos atiradores, pois tiveram de atirar a 100 pratos no mesmo campo, com enorme tempo de espera entre pranchas, fizemos a pior classificação de sempre, tendo o colega João Amorim ficado em décimo quarto, o colega Huet Bacelar em vigésimo primeiro e finalmente em vigésimo segundo José Coelho.

Finalmente no dia 09/09/2017 realizou-se no Clube de caçadores de Matosinhos uma prova para a qual temos sido convidados nos últimos anos, designada Atirador Completo, em que competimos nas diversas modalidades de tiro, tal como Trap, Compac Sporting, tiro às hélices e tiro ao voo, sempre em alegre convívio e rematado com uma boa sardinhada, onde o que menos conta é a classificação, tendo no entanto os três atletas ficado no top 10 dos atiradores inscritos.

Diretor Rogério Araújo/ Seccionista Pedro Cordas (Nacional)

O ano de 2017, foi um ano em que mais uma vez o Clube esteve representado em várias provas e nas mais variáveis distâncias, de dia e de noite.

Estivemos em provas de Norte a Sul de Portugal e Ilhas, por onde evoluímos em algumas das paisagens mais bonitas de Portugal, muitas delas apenas acessíveis participando em eventos destes. Também tivemos participações em provas no estrangeiro.

Sendo um desporto em franca expansão, e que suscita cada vez mais interesse, a presença do Clube (já com uma longa tradição na modalidade) é sempre recebida com agrado, que resulta da postura que os nossos atletas têm tido ao longo dos tempos e que se enquadra nos valores de quem pratica trail – dos quais destacamos alguns como entreajuda, companheirismo e desportivismo.

A superação pessoal, a resiliência, "o ser mais", "o chegar aquele topo", são características do trail, é isso que temos proporcionado aos sócios do Clube com as provas de trail: a possibilidade de alcançarem metas que se pensavam inalcançáveis - será, para muitos, esse o objetivo principal no trail, competir contra si próprio.

É claro, que para além da superação pessoal, existe também a vertente competitiva, e ao nível dos resultados conseguimos alguns lugares meritórios, com pódios em várias provas. No atual panorama, em que cada vez há mais atletas a competir, conseguir resultados destes só nos faz ter ainda mais orgulho dos atletas que temos e nas cores que envergamos.

O trail é um desporto de maturação, em que os atletas têm que ir evoluindo de forma consciente e gradual, sem darem passos maiores que as pernas, mas que é acessível a qualquer um que queira experimentar.

Desporto

Trail

Desporto

Trail

Diretor Pedro Quaresma / Seccionista Humberto Lomba (Nacional)

O ano de 2017, foi o ano M**ais** do Triatlo.
Mais Licenciados, **mais** participações, **mais** Irons Man, e **mais** Trofeus.

A nossa estafeta, conquistou o 2 Lugar no Half de Cascais (Joana Arantes, Antonio Santos, Januário), o Nuno Prazeres ganhou no seu escalão no Half de Cascais, mas o grande responsável pelos Troféus conquistados em 2017, foi o Fernando Feijão com 17 participações, e nessas participações terminou sempre no pódio, sendo que 13 delas no primeiro lugar.

Foi no seu escalão, Campeão Nacional de Duatlo, Campeão Nacional de Triatlo nas distancias Sprint, Olímpica e Longo e finalmente Campeão Ibérico na distancia Half.

Na distância Iron Man, tínhamos 21 Associados, que já tinham conquistado essa distancia, e em 2017 juntaram-se os 22 e 23 terceiros Atletas do Clube a concluir um Iron Man com sucesso, os Atletas Hélder Batista e Nuno Prazeres.

O ano de 2018 já está em marcha e os desafios mantêm-se, desafiarmo-nos, superarmo-nos individualmente e em equipa.

Diretor Fernando Carvalho / Seccionista Mário Marques (Norte)

8º Torneio Xeques Bancários

No ano de 2017 a atividade da Secção Xadrez do Clube Millennium bcp (Zona Norte) consistiu na organização do já tradicional Torneio Xeques Bancários – foi a sua oitava edição – e os Torneios Internos do Clube.

O **8º Torneio Xeques Bancários**, realizado em Março, foi aberto a jogadores bancários (no ativo ou reformados). Disputado no ritmo de 45 minutos de tempo de reflexão para cada jogador, decorreu em 3 dias, com dois jogos por dia.

Inscreveram-se 11 jogadores provenientes de 6 instituições de crédito, tendo a vitória sorrido a Mário Massena, do Santander Totta, em igualdade pontual com Brandão Pinho, do Banco de Portugal, mas que ficou em segundo lugar devido ao coeficiente de desempate favorável a Massena. Em 3º lugar, a completar o pódio, ficou Mário Marques, do Millennium BCP.

Torneio Interno de Rápidas

Já próximo do fim de ano, em Outubro e Novembro, tiveram lugar os Torneios Internos. Desta vez, por falta de participantes, não se realizou o Torneio Interno de Lentas.
O **Torneio Interno de Rápidas** teve lugar em 6 de Outubro, e foi disputado por 6 jogadores.

No fim das duas voltas do torneio havia uma igualdade absoluta entre Nuno Ferrão e Pinto Monteiro, pelo que foi necessário recorrer a uma nova partida de desempate, tendo finalmente Nuno Ferrão conseguido a supremacia e, dessa forma, o 1º lugar. Pinto Monteiro foi 2º e, com menos dois pontos, Mário Marques ficou no último lugar do pódio.

Torneio Interno de Semi-Rápidas

Finalmente o **Torneio Interno de Semi-Rápidas** teve lugar em 18 de Novembro, e foi disputado por apenas 4 jogadores. Foi também um torneio muito equilibrado, verificando-se no final um empate absoluto entre 3 jogadores (Mário Marques, Pinto Monteiro e Jorge Pinheiro), pelo que havia novamente necessidade de recorrer a novas partidas (em ritmo de rápidas). Jorge Pinheiro abdicou dessa disputa, aceitando ficar assim em apenas 3º lugar, deixando a disputa pelo título aos dois outros jogadores. E assim, nessa partida decisiva, Mário Marques conseguiu superiorizar-se a Pinto Monteiro, acabando por ganhar o torneio.

Yoga

Diretor Maria João Ortigão / Seccionista Albertina Leite (Norte) / Professora Filipa Li

O Yoga é uma filosofia de vida e significa a união de um todo.

Na prática de Yoga são unidas várias técnicas como a meditação, a respiração, o movimento e o relaxamento ao nível mais profundo. A prática é ajustada individualmente para as necessidades de cada aluno.

As aulas decorrem, nas instalações do Clube, às Terças e Quintas pelas 12h00, com a duração 60min, desde Outubro de 2013.

As inscrições estão sempre abertas, desde que exista vaga.

As idades dos inscritos variam entre os 30 e os 65 anos e a turma é mista.

Existe um grupo privado no Facebook, onde são trocadas informações sobre a prática de Yoga.

A ligação, entre professora e alunos é próxima e informal.

Em Dezembro de 2017 houve um almoço de Natal onde todos se reuniram em convívio.