



O Lousada Académico Clube é talvez a equipa mais surpreendente em Portugal esta época. Depois de ter conquistado o título da 2ª divisão feminina na temporada transacta, que valeu a subida à 1ª divisão, a equipa liderada por Hugo Sousa segue no segundo lugar desta prova, somando até ao momento um recorde de 13 vitórias e apenas 2 derrotas.

Venha conhecer Hugo Sousa, o homem que comanda o conjunto do Lousada e um dos responsáveis pelos seus recentes sucessos.

### **Em termos competitivos como compara a 2ª Divisão Feminina com a 1ª Divisão Feminina?**

Na 1ª Divisão a competição é acesa, com jogos muito disputados e equilibrados. Não se pode dizer que existam equipas mais fracas, mesmo as que seguem na cauda da classificação são sempre incómodas. Neste campeonato não tem havido descanso, em todos os fins-de-semana há um novo desafio, em que temos que dar sempre o máximo para conseguir vencer. Esta situação é excelente para a preparação da equipa e para evolução das jogadoras. Acrescentando a isto, julgo que este campeonato é o espaço ideal para a projecção e evolução das jovens jogadoras portuguesas, ao contrário da Liga onde as estrangeiras e a capacidade de investimento definem as equipas que vão disputar os primeiros lugares.

Na 2ª Divisão, devido fundamentalmente à estruturação por zonas, na época passada disputámos, até à fase final, cerca de 4 jogos equilibrados, o que como é compreensível não é o mais atractivo para a equipa e para os seguidores da modalidade. Na Fase Final, aí sim, disputámos 3 jogos intensos e competitivos, para os quais tínhamos efectuado uma boa preparação e apresentámo-nos num bom momento, assim, julgo que a conquista do Título de Campeão Nacional da 2ª Divisão foi inteiramente justa.

### **Esperava que esta época lhe estivesse a correr tão bem, depois da subida na época passada?**

Esta época era para nós uma incógnita. Tentámos e efectuámos a melhor preparação que nos foi possível, para um novo quadro de equipas e uma nova exigência competitiva. O nosso objectivo inicial era entrar no Play-Off. Neste momento, estamos bem encaminhados e tudo o que conseguirmos, para além disto, será bem-vindo.

### **Quais são as principais razões para o sucesso do Lousada na 1ª Div. Feminina?**

Acredito numa boa preparação e no treino de qualidade. É isso que procuramos efectuar nas sessões semanais. A qualidade das atletas, a sua capacidade de trabalho, dedicação, motivação e superação também têm sido fundamentais. Todos estes factores conjugados têm dado felizmente os seus frutos.

### **Quais são, na sua opinião, os grandes candidatos a subir à Liga Feminina? Porquê?**

Pelo que tenho observado e pela actual classificação o A.D.E. Sintra é um sério candidato,

pela qualidade do seu grupo de jogadoras e pelo nível de jogo que tem apresentado.

Encontramo-nos no 2º lugar com 13 vitórias em 15 jornadas, daí, neste momento, não podemos negar que nos encontramos no lote de candidatos. A este, temos que juntar o Quinta dos Lombos, que parece ter feito um bom investimento na aquisição de jogadoras. Depois temos os crónicos candidatos: Coimbrões, Aroso, Académico, Marítimo... Julgo que todas as equipas que entrarem no Play-Off serão candidatas, o equilíbrio tem sido grande e no Play-Off os detalhes poderão decidir os vencedores, assim como alguns investimentos extra em jogadoras estrangeiras ou na troca de algumas, que poderão ser feitos pelas equipas com maior capacidade financeira.

### **Acha que o seu clube pode assumir uma subida e “aguentar-se” na Liga Feminina?**

Neste momento as preocupações do Lousada A.C. passam por continuar a efectuar uma boa época e disputar o campeonato com a máxima ambição, sendo o mais competitivo possível. Se o quadro de uma possível subida à Liga se vier a colocar, seria imperioso assegurar um suporte financeiro extra, que não sei se será fácil de concretizar.

### **Que jogadoras Portuguesas se vêm distinguindo nesta competição?**

Entre as mais jovens, todas ainda com idade de Júnior, destaco no Lousada a Nanci Barbosa (que na minha opinião tem efectuado uma época de grande nível, à imagem de 2007/08), as irmãs Bernadeco e a Natacha do Sintra, a Sílvia do Académico, Marcy Gonçalves e Carolina Escórcio do Marítimo.

Entre as mais experientes Sofia Coelho, Cristina C. e Ana Maria C. do Lousada, Carla Ribeiro do Coimbrões, Ana Paula e Ana Costa do Aroso, A. Bailão e Andreia Coelho do Quinta dos Lombos, Ana Costa da Ovarense.

### **Existem diferenças entre treinar e lidar com raparigas e com rapazes?**

A grande diferença está no perfil psicológico e na forma de combater a adversidade. Não consigo dizer se a vantagem está do lado dos rapazes ou raparigas, o que posso assegurar é que constitui um grande desafio para um Treinador, como eu, em que a sua experiência era no sector masculino, adaptar-se e encontrar a correcta intervenção e liderança com um grupo feminino.

### **Qual é o seu modelo de jogo?**

Procuro que o nosso jogo se baseie sempre na capacidade defensiva, desenvolvendo-se a partir da defesa com transições rápidas. Em função do conhecimento do adversário, por vezes, preparamos situações defensivas específicas.

Na minha opinião, o grande investimento do treino deve ser na defesa, pois é aí que o sucesso e auto-motivação da equipa residem.

Ofensivamente, não sou adepto de sistemas tácticos elaborados, procuramos movimentos simples e colectivos, que impliquem a leitura de jogo e que possam, pontualmente, explorar uma ou outra jogadora mais forte em determinada acção.

### **Em que acredita enquanto treinador, Hugo Sousa?**

Acredito, como disse, na qualidade e seriedade com que se efectua a preparação das equipas. Nós Treinadores temos o privilegio de poder moldar uma equipa à nossa imagem, de acordo com os nossos princípios e forma de ver o Basket, mas, por outro lado, temos o dever de responder às necessidades e carências dos nossos atletas, de modo a que se tornem melhores jogadores e que a sua prestação seja máxima no seio da equipa.

### **Acha que o site Planeta Basket promove bem a competição onde a sua equipa participa? O que se pode melhorar?**

Tem sido ótima a promoção que o Planeta Basket tem efectuado à 1ª Divisão, especialmente através das crónicas semanais do João Santos e das entrevistas a jogadoras e treinadores. Nunca é demais a visibilidade ao Basquetebol Feminino, que infelizmente é frequentemente esquecido e menosprezado, quando na verdade há muito e bom trabalho efectuado.

A apresentação dos dados estatísticos dos jogos da 1ª Divisão será outra forma de promoção da competição e das atletas, que julgo não ser difícil de compilar, com a colaboração e boa vontade dos vários clubes.