



Porto Lazer dá boa forma aos portuenses

O Complexo Desportivo Monte Aventino situado nas Antas, na zona oriental do Porto, faz parte da empresa municipal Porto Lazer. Está equipado com as melhores infra-estruturas para a prática de ténis, squash e cardiofitness, oferecendo um leque variado de opções “para estar em forma”.

Texto: Gabriela Barros
Fotos: Virgínia Ferreira

A Porto Lazer, foi criada em 2005, com o objectivo de juntar num único local, a organização, apoio e o fomento da animação da cidade. Nesse sentido, tem promovido actividades de forma regular e com elevados níveis de qualidade, incitando à participação dos cidadãos do Porto. Além do complexo desportivo Monte Aventino, fazem também parte da Porto Lazer, as piscinas municipais da Constituição, Pasteleira, Cartes e a olímpica de Campanhã, assim como todos os pavilhões municipais, nomeadamente o Rosa Mota. O Complexo Desportivo Monte Aventino, é constituído por um edifício que alberga



balneários, áreas administrativas, serviços, seis *courts* de ténis em terra batida, uma parede de bate-bolas, quatro quadras de squash, um ginásio de cardiofitness, um gabinete de fisioterapia, bar, restaurante e uma loja de artigos desportivos. Além destas infra-estruturas, o complexo tem ainda um bar e um restaurante, no qual, de segunda a sábado, se pode desfrutar de um *buffet* executivo e ao domingo o *buffet* familiar. De quinta-feira a domingo, as noites são dedicadas, neste local, ao karaoke.

Funcionam no Monte Aventino duas escolas de ténis (uma orientada pelo professor Alfredo Perez e outra por Sofia Prazeres), e uma de squash a cargo do professor Paulo Pinto, devidamente certificadas. Alguns dos eventos realizados foram o “Porto Open 2004” e o “Porto Baviera Master Squash 2004”. O ténis e o squash, podem ser praticados a título particular ou através de inscrição como sócio. Com um cartão e seguro único pode-se frequentar





todas as infra-estruturas da Porto Lazer. *“Um sócio pode jogar ténis no Monte Aventino e com o mesmo cartão pode ir às piscinas”*, refere Filipe Peixoto chefe dos serviços da piscina municipal da Constituição. Nesta pode encontrar-se uma variedade de actividades aquáticas, que vão desde a natação para bebés, crianças e adultos



ou utilização livre. Recentemente foi introduzida uma novidade, o “deep-water” uma espécie de hidroginástica numa piscina sem pé. Pode-se praticar ainda na piscina da Constituição, cardiofitness, hidroterapia, judo para crianças e adultos, fitball, tai-chi-chuan, GAP, step, hip-hop e yoga.

Na piscina municipal Engenheiro Armando Pimentel, na Pasteleira, as actividades aquáticas assemelham-se às da Constituição, destacando-se no entanto o tanque de mergulho exclusivo. Na municipal de Cartes, que se situa perto do Estádio do Dragão, a natação e a hidroginástica são práticas muito procuradas. A piscina olímpica de Campanhã possui três tanques para a prática de natação e pólo aquático, tendo também cobertura amovível. É de salientar que a procura para praticar desporto, tem sofrido segundo Filipe Peixoto *“um aumento gradual, estando as pessoas cada vez mais preocupadas com o seu corpo”*. ■

Complexo desportivo Monte Aventino

Rua Monte Aventino, 4350-233 Porto
 Telefone: 225093761
 Fax: 225093677
 E-mail: cdma@portolazer.pt

Restaurante Bar Monte Aventino

Telefone: 225500285

Porto Lazer

Telefone: 226199860
 E-mail: portolazergeral@portolazer.pt