

CORRIDA RARA

SE TODOS CORRERMOS COM O ANTÓNIO...!

Ajudamos a angariar os fundos para criar e equipar uma sala Snoezelen no centro RarÍSSIMO da Maia – um dos 3 Centros de Reabilitação Multidisciplinar e Intensiva da RarÍssimas - Associação Nacional de Doenças Mentais e Raras.

O QUE VAI ACONTECER?

No dia 13 de Agosto o António Silva vai dar início a uma corrida com 850 km ao longo de 12 dias seguidos, partindo de St Jean Pied du Port (França) e finalizando o percurso em Santiago de Compostela (Espanha).

Durante 12 dias, irá correr uma ultra maratona por dia, com uma média de 65 km diários. O desnível acumulado ronda os 14.000 metros de subida. A chegada está prevista para o dia 24 de Agosto.

COMO ACOMPANHAR O ANTÓNIO SILVA?

Por cada transferência será colocada na mochila de corrida uma fita personalizada com o nome e apelido da pessoa ou entidade que colaborou. Desta forma o António Silva irá, literalmente, levar-nos com ele!

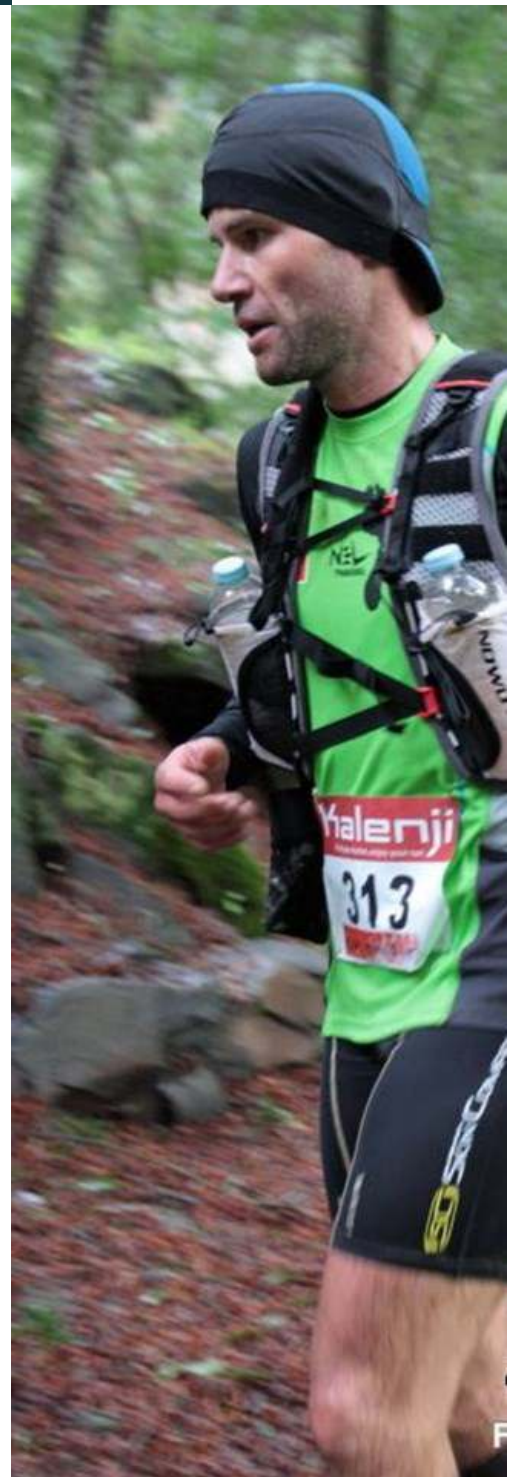
Serão, igualmente, bem-vindos os amigos que pretendam acompanhar e animar o António Silva no decurso dos quase 900 Km. Este acompanhamento poderá ser feito a correr ou de bicicleta sem necessidade de efetuar o percurso diário integralmente. Não existirá uma organização formal para preparar esta logística mas o NEL (nel.pedatleta@gmail.com) irá colocar-se em contacto com todos os interessados de forma a facilitar a organização das estadias, otimizar os transportes e restantes aspetos logísticos.

COMO CONTRIBUIR?

Poderá fazer chegar o seu donativo por transferência bancária, para o seguinte NIB:
0010 0000 42642030001 93

Colocar na descrição da transferência “Corrida Rara” ou enviar comprovativo por correio eletrónico para porto@rarissimas.pt para que possamos produzir a respetiva fita a colocar na mochila.

Divulgar esta iniciativa pelos amigos e empresas de forma a sermos um movimento.



CORRIDA RARA

RECIBO DO DONATIVO

Se desejar um recibo do donativo, deverá enviar o respetivo comprovativo da transferência bancária, nome completo, n.º de contribuinte e morada para endereço de correio eletrónico: porto@rarissimas.pt

ETAPAS

- Dia 1 (13 T) - St Jean Pied du Port_Trinidad de Arre – 63 km
- Dia 2 (14 Q) - Trinidad de Arre_Torres del Rio – 80 km
- Dia 3 (15 Q) - Torres del Rio_Sto Domingo de la Calzada – 71 km
- Dia 4 (16 S) - Sto Domingo de la Calzada_Burgos – 73 km
- Dia 5 (17 S) – Burgos_Boadilla del Camino – 60 km
- Dia 6 (18 D) – Boadilla del Camino_Sahagún – 67 km
- Dia 7 (19 S) – Sahagún_Valverde de La Virgen – 66 km
- Dia 8 (20 T) – Valverde de La Virgen_Foncebadón – 65 km
- Dia 9 (21 Q) – Foncebadón_La Portela de Valcarce – 66 km
- Dia 10 (22 Q) – La Portela de Valcarce_Sarria – 55 km
- Dia 11 (23 S) – Sarria_Melide – 61 km
- Dia 12 (24 S) – Melide_Santiago de Compostela – 55 km

CAMINHO FRANCÊS

Desde a descoberta da tumba de São Tiago em Compostela, no século IX, o Caminho de Santiago tornou-se a rota de peregrinação mais importante da Europa medieval. Esta rota une diversas zonas da Europa a Santiago de Compostela e vem sendo seguida por milhões de pessoas das mais variadas procedências. O itinerário mais famoso é o chamado *Caminho Francês*, que absorve a maioria dos caminhos vindos do continente europeu e se dirige a Santiago, atravessando o nordeste de Espanha.

Existem outros percursos não menos importantes vindos de Portugal e do sul de Espanha.

O Caminho de Santiago atingiu o máximo esplendor nos séculos XI e XII, e depois após a contra-reforma no início do século XVII por Portugal. Nas últimas décadas voltou a ganhar protagonismo, sendo convertido num itinerário espiritual e cultural de primeira ordem. Foi declarado *Primeiro Itinerário Cultural Europeu* (1987), Património da Humanidade na Espanha (1993) e França (1998).

Têm como seu símbolo uma concha, normalmente uma vieira, designada localmente por "venera", costume que já vinha do tempo em que os povos ancestrais peregrinavam a Finisterra.



CORRIDA RARA

PORQUE VAI O ANTÓNIO SILVA PERCORRER 900 KM?

A minha paixão pela corrida nasceu há cerca de dois anos e meio. Aliada à antiga vontade de viajar e de conhecer o mundo por vias menos tradicionais, surgiu a ideia de percorrer o caminho Francês a correr. Esta experiência revelou-se tentadora, nomeadamente pelo grau de dificuldade imposto, mas tornou-se ainda mais aliciante quando me foi proposto desenvolver um projeto, com o intuito de ajudar uma associação que desenvolve o seu trabalho na área das doenças mentais e raras.

Correr por uma causa, especialmente por quem diariamente enfrenta tantas dificuldades e novos desafios no tratamento e acompanhamento de crianças, jovens e adultos com doenças raras, é – para mim – uma grande responsabilidade, mas – acima de tudo – um enorme orgulho.

Assim, com início previsto no dia 13 de agosto, procurarei superar este enorme desafio, correndo mais de 850 km ao longo de 12 dias seguidos, partindo de St Jean Pied du Port (França) e finalizando o percurso em Santiago de Compostela (Espanha).

Durante 12 dias, irei correr uma ultra maratona por dia, com uma média de 65 km diários. O desnível acumulado total ronda os 14.000 metros de subida. A chegada estará prevista para o dia 24 de Agosto.

CURRICULO DESPORTIVO

António Manuel Rodrigues da Silva

38 anos - Licenciado em Educação Física e Desporto

- Realização da Travessia de Portugal em BTT - Porto/Faro – 1996;
- Realização de várias provas de BTT/Orientação;
- Realização de várias maratonas de BTT: Portalegre (2004 a 2006), Vila Real, Viseu, Chaves e Beselga (todas em 2005);
- Expedição de BTT aos Himalaias: Himalaya Trails: ascensão ao passe mais alto do mundo em bicicleta: Kardung La / Índia (5600 metros de altitude) – 2003;
- Realização dos Caminhos de Santiago em BTT (caminho Francês): León/Santiago de Compostela (300 Km) – 2004;
- Expedição de Trekking e BTT aos Parques Nacionais Los Glaciares, Torres del Paine e Tierra de Fuego: Patagónia Trails – 2005 (Argentina/Chile);
- Realização dos Caminhos de Santiago em bicicleta de estrada (caminho do norte): Irun/Finisterra/Santiago de Compostela (1200 Km) – 2008;
- Realização dos Caminhos de Santiago a pé (Caminho Português): Valença/Pontevedra (80 km) – 2010;
- Participação em várias Taças de Portugal de Corridas de Aventura – Ecoaventura (2004 a 2007), com os seguintes resultados: Campeão da Taça de Portugal de corridas de aventura em 2005 e 2006 pela equipa AZ-Haglofs/Spiuk.



CORRIDA RARA

MARATONAS E ULTRA MARATONAS

Em 2011

Maratona de Paris

Maratona do Porto

Ultra maratona da Geira Romana_43 km

Ultra Trail Serra da Freita_70km

Em 2012

Maratona de Roma

Trilho dos Abutres_45 km

Trail do Castelejo_40 km

Oh Meu Deus_100 km

Ultra Trail Serra da Freita_70 km

Ultra Trail Monte Branco_TDS (França)_114 km

Ultra Trail Aldeias do Xisto_TDS_80 km

Ultra Trail Sierra de Chiva (Espanha)_60 km

Em 2013

Trilho dos Abutres_45 km

Oh Meu Deus_160 km

Transgrandcanaria (Espanha)_119 km

Ultra Trail Serra do Courel (Espanha)_75 km

Ehunmilak (Espanha)_168 k

PRINCIPAIS RESULTADOS

Em 2012

4º lugar Trail do Castelejo

5º lugar Oh Meu Deus 100K

10º lugar Ultra Trail Serra da Freita

Em 2013

6º lugar Trilho dos Abutres

11º lugar Transgrandcanaria (Espanha)

2º lugar Oh Meu Deus 168K

3º lugar UT Serra do Courel (Espanha)

