



## **5 minutos com Gabriela Dinis, candidata ao título feminino da Liga MEO Surf**

Gabriela Dinis é uma das candidatas ao título nacional feminino deste ano na Liga MEO Surf e a única que pode matematicamente enfrentar Francisca Veselko, a atual líder do ranking Go Chill.

Carolina Mendes, atual 2<sup>a</sup> posicionada no ranking nacional da Liga MEO Surf, já não se encontra dentro das contas para o título máximo feminino do surf em Portugal.

A primeira vitória de Gabriela numa etapa da 1<sup>a</sup> divisão do surf português foi este ano na Figueira da Foz, depois de ter sido finalista por diversas vezes em temporadas anteriores, e à qual junta também o título de campeã nacional Projunior (sub-20) no desportivo corrente.

Falámos com a surfista de 19 anos sobre o seu desempenho competitivo e as expectativas para o Bom Petisco Peniche Pro, 5<sup>a</sup> e última etapa da Liga MEO Surf, onde irá discutir o título nacional com Francisca Veselko.

Liga MEO Surf 2023 – Percurso de Gabriela Dinis

Liga#1 Figueira da Foz – 1<sup>o</sup> lugar

Liga#2 Porto e Matosinhos – 2<sup>o</sup> lugar

Liga#3 Ericeira – 3<sup>o</sup> lugar

Liga#4 Ribeira Grande – 13<sup>o</sup> lugar

Posição actual: 3<sup>o</sup> lugar com 3.158 pontos

O requisito para Gabriela Dinis se sagrar campeã nacional é vencer em Peniche e esperar que Francisca Veselko fique, pelo menos, em 5<sup>o</sup> lugar (quartos-de-final).

ANS – Começaste o ano da melhor forma com a tua primeira vitória na Liga MEO Surf. Fala-nos um pouco da tua performance na Figueira da Foz e aquilo que significou teres sido campeã da etapa.

Gabriela Dinis – Sem dúvida que o campeonato da Figueira da Foz foi super especial para mim. Estavam boas direitas que é o meu ponto forte. A verdade é que não fui para essa etapa com muita pressão, só queria mostrar o meu surf e



fazer o meu melhor. E o resultado disso ter sido uma vitória foi muito gratificante para mim.

ANS – Analisando o teu ano na Liga MEO Surf, quais foram as etapas que consideras terem sido melhores e piores para ti e porquê.

GD – A melhor etapa foi a da Figueira da Foz porque foi aquela em que me diverti mais e aquela que, na minha opinião, teve as melhores ondas. Aquele que foi a pior para mim foi nos Açores porque as condições estavam muito difíceis com o mar muito pequeno e o campeonato acabou por não me correr nada bem.

ANS – Além dos bons resultados na Liga MEO Surf que te colocam como candidata ao título na última etapa, sagraste-te campeã nacional Projunior. Falamos desse título e quais os fatores que fizeram com que estejas a ter um ano tão consistente a nível nacional.

GD – Sim, este ano também me consegui sagrar campeã nacional de Sub-20. Ganhei as duas primeiras etapas e a terceira não me correu tão bem, mas foi suficiente para alcançar o título nacional o que me deixa super orgulhosa. A consistência tem a ver com o trabalho e treinar consistentemente tanto a surfar como no ginásio.

ANS – Fazes parte da nova geração de surfistas nacionais juniores que está a afirmar-se cada vez mais na Liga MEO Surf. Qual a importância de competires com atletas mais experientes que te obrigam a superares-te em cada heat?

GD – Acho que competir com atletas que têm níveis de surf superiores ao meu, e que competem em ligas a nível internacional que também têm níveis de surf mais altos, é super importante. Puxa imenso por mim e acho que ainda me dá mais vontade de ser melhor e dar o melhor de mim.

ANS – Quais as tuas expectativas para a última etapa em Peniche e qual a estratégia para conseguires alcançar o teu primeiro título nacional?

GD – Estou super motivada, mas quero focar-me heat a heat, fazer o meu melhor, manter o mesmo pensamento que tive na Figueira da Foz e não me focar tanto no resultado final. Se conseguir fazer isso o resultado vai ser bom.

ANS – De que forma as etapas e os resultados na Liga MEO Surf ajudaram os teus



desempenhos a nível internacional?

GD – Sem dúvida que as etapas e os resultados da Liga MEO Surf influenciam também os desempenhos a nível internacional. Sendo os resultados bons, dão motivação porque a Liga tem um nível de surf bastante alto. E serve, também, como um ótimo treino enquanto não há competições a nível internacional. Permite-nos competir e ir mantendo o ritmo com pessoas que têm um bom nível de surf e ajuda-nos a treinar e a passar heats que, no fundo, também é muito importante.

A 5ª e última etapa da Liga MEO Surf, o Bom Petisco Peniche Pro, realiza-se de 27 a 29 de Outubro em Peniche.

A Liga MEO Surf 2023 é uma organização da Associação Nacional de Surfistas e da Fire!, com o patrocínio do MEO, Allianz Seguros, Joaquim Chaves Saúde, Bom Petisco, Go Chill, Corona, Somersby, Waikiki, Rip Curl, o parceiro de sustentabilidade Jerónimo Martins, os apoios locais dos Municípios da Figueira da Foz, Porto, Matosinhos, Mafra, Ribeira Grande e Peniche e o apoio técnico da Federação Portuguesa de Surf.

Mais informações: [www.ansurfistas.com](http://www.ansurfistas.com)