

Vício da corrida fez um escritor



JOSÉ MOTA

Vitor Dias, técnico de informática, descobriu há dois anos o prazer de correr e já participou em três maratonas

“Correu hoje?”. O desafio é de Vitor Dias, que passou de atleta de ocasião a “corredor do pelotão” em dois anos.

Aos 39 anos, começou por deixar o apelo à prática desportiva sem ânsia da competição entre desabafos, relatos de provas, notícias e conselhos para estreantes no blogue correrporprazer.com. Em 11 meses, a página, criada pelo técnico de informática da Câmara do

Porto, conquistou a atenção de 70 mil pessoas de 91 países, sobretudo de Portugal e do Brasil, que partilham experiências e dúvidas.

Quando voltou a calçar as sapatilhas, que ocasionalmente retirava do armário, para a corrida semanal com os Porto Runners, no Parque da Cidade do Porto, nunca imaginou que, em dois anos, já teria cruzado a meta em três maratonas (Porto, Paris e Berlim) nem

que o blogue se converteria num livro. “Correr por prazer” combina o relato de experiências do corredor, natural de Campo (Valongo), os conselhos de nutrição e a informação sobre lesões.

A enfermeira de reabilitação Ana Maria de Freitas e a nutricionista Filipa Vicente são co-autoras do livro, que será lançado depois de amanhã (às 16 horas) no Pavilhão Rosa Mota. Horas antes do

tiro de partida da sexta maratona do Porto que conta já com mil inscrições. E foi na prova do ano passado que Vitor Dias se estreou nas maratonas.

Costumava dizer que um dia gostaria de correr numa maratona. Um desejo que julgava tão possível quanto “viajar até à Lua”. Bastou começar a correr todas as semanas para reanimar o sonho. “Quando comecei nem sequer conseguia correr mais de meia hora seguida”, lembra. A regularidade deu-lhe mais pulmão, como costuma dizer. E, três meses antes da maratona do Porto, tomou a decisão de que estaria entre os 600 corredores.

A preparação é dura. Faça sol ou chuva, tem de calçar as sapatilhas cinco dias por semana e percorrer mil quilómetros. E, no dia da prova, cumprir os 42 exigidos. Fê-lo por três vezes no Porto, em Paris e em Berlim. A da Invicta, garante Vitor Dias, tem o trajecto mais bonito, muito próximo do mar e do rio. “Onde sofri mais foi na maratona de Paris. À volta dos 35 quilómetros, pensei que não me metia mais nisso. No dia seguinte, inscrevi-me na prova de Berlim”, adianta. A verdade é que não pode passar sem as corridas semanais. “Nós somos viciados na corrida. Quando ficámos parados, sentimos muito falta”. ■