

- Nome: Lara Ribeiro Carvalho
- Idade: 08/05/2004 (16 anos)
- Naturalidade e localidade onde vive: Viana do Castelo
- Profissão/Formação: Estudante



O meu percurso como velejadora começou nas antigas instalações do Clube de Vela de Viana do Castelo (CVVC). A partir daí passei a fazer parte da Escola do CVVC.

Represento o meu clube há cerca de dez anos, durante os quais participei em centenas de campeonatos e conquistei vários títulos e prémios, todos na classe Optimist. Como por exemplo, os títulos de Campeã Regional de Infantis Feminina (aos 9 anos), Campeã Nacional de Infantis Feminina (aos 11 anos), Bicampeã Ibérica Infantil Feminina, entre outros.

Todos estes prémios e títulos obviamente têm bastante importância, mas sem dúvida que o essencial e o que mais me marcou foram as experiências que o CVVC me proporcionou: os dois campeonatos da Europa para os quais me apurei (um na Holanda e outro na França), em que representei a seleção portuguesa de vela e que se tornaram, sem dúvida, em aventuras que nunca irei esquecer. Para além disso, em 2019, tive a oportunidade de ir a Omã participar no campeonato “Golfo Pérsico” e pude conhecer um novo país e uma nova cultura.

Terminei o meu percurso na classe Optimist em 2019, com o primeiro lugar do Ranking Nacional Juvenil Feminino.

A prática da vela exige muita dedicação e algum espírito de sacrifício, pois muitas vezes tanto os treinos como as regatas são realizados em situações de tempo adversas e bastante complicadas.

No entanto, sinto que tudo isso vale muito a pena, é uma modalidade única que me permite viver experiências fantásticas, conhecer muito melhor o nosso país e fazer muitas amizades por onde vou viajando para competir ou treinar.

Apesar de atualmente não competir, algo que permanece igual é o gosto que tenho pelo mar, não necessariamente o andar de barco à vela, mas sim a brisa do mar, as ondas e o sentimento de liberdade que o mesmo me transmite.

Nunca tive medo do mar, nem acho necessário, mas devemos ter cuidados com as nossas ações. Na minha opinião não é preciso ter medo do mar, mas sim respeito por ele.