

# PRESS RELEASE



Federação Portuguesa  
de **Judo**

22pr05\_28/01/2022

**CATARINA COSTA CONQUISTA MEDALHA DE  
OURO NO GRAND PRIX PORTUGAL 2022**

**JOANA DIOGO E TELMA MONTEIRO DE BRONZE**

**MARIA SIDEROT ALCANÇA 5º LUGAR**

**28-30 JANEIRO | COMPLEXO MUNICIPAL DOS DESPORTOS DA  
CIDADE DE ALMADA**



© IJF

RUA ALVES REDOL, Nº 1, LOJA A/B  
2675-285 ODIVELAS - PORTUGAL  
TEL. (+351) 213 931 630  
FAX (+351) 213 951 679  
E-MAIL: [SECRETARIA@FPI.PT](mailto:SECRETARIA@FPI.PT)  
[WWW.FPI.PT](http://WWW.FPI.PT)



# PRESS RELEASE



Federação Portuguesa  
de **Judo**

Catarina Costa conquistou a **Medalha de Ouro** no primeiro dia do **Grand Prix Portugal 2022**, que se cumpriu esta sexta-feira, **28 de janeiro**, no **Complexo Municipal dos Desportos da Cidade de Almada**. No total, Portugal alcançou **3 Medalhas** no dia inaugural da prova, com **Telma Monteiro** e **Joana Diogo** (que superou Maria Siderot - 5ª - na decisão) a subirem ao pódio para receber a **Medalha de Bronze**.

Recordamos que ao longo dos 3 dias da prova, Almada recebe **301 Atletas** (122 Femininos e 179 Masculinos) de **41 Países**, incluindo **34 Judocas Portugueses**. O primeiro dia do evento que marca a estreia de Portugal, enquanto país anfitrião, no **Circuito Mundial de Judo** foi dedicado às categorias -48 kg, -52 kg e -57 kg femininas e -60 kg e -66 kg masculinas. Com **17 Portugueses** nos tatamis, estiveram em destaque:

**Catarina Costa** (-48 kg) estreou-se na segunda eliminatória com uma vitória por 'ippon' sobre a Campeã Asiática de Júniores Khalimajon Kurbonova, do Uzbequistão. Nos quartos-de-final, derrotou a italiana Asia Avanzato (63ª no ranking mundial), novamente por 'ippon'. Somou o terceiro triunfo, que lhe garantiu um lugar na final da competição, perante a francesa Melanie Vieu (Campeã Europeia Sub-23 em 2020), por 'wazari'. Na disputa pelo lugar mais alto do pódio, encontrou a sul-coreana Hyekyeong Lee (Campeã Mundial de Júniores em 2015). A portuguesa controlou o confronto e acabou por pontuar 'wazari' no primeiro minuto do 'golden score'. Com este resultado, **Catarina Costa** conquista a **Medalha de Ouro** e fez soar 'A Portuguesa' em Almada.

Na categoria -57 kg, **Telma Monteiro** entrou como cabeça-de-série e começou a sua prestação nos quartos-de-final, onde encontrou e derrotou a jovem sul-coreana Jaeryeong Kim por 'ippon'. Na semifinal enfrentou a nº51 do ranking mundial, Pleuni Cornelisse, dos Países Baixos. Após um combate equilibrado, apenas decidido no 'ponto de ouro', foi a neerlandesa que conseguiu pontuar. No seu último e derradeiro combate, enfrentou a jovem francesa Martha Fawaz. A olímpica portuguesa mostrou-se determinada a conquistar uma Medalha em Almada e acabou por conseguir projetar a atleta gaulesa e alcançar o 'ippon' que lhe garantiu a conquista da **Medalha de Bronze**.

# PRESS RELEASE



Federação Portuguesa  
de **Judo**



© IJF

**Joana Diogo** (-52 kg) ultrapassou a kosovar Erza Muminović (Medalha de Bronze no Europeu e Mundial de Juniores em 2021), por 'wazari', no seu combate inaugural. Nos quartos-de-final encontrou a suíça Fabienne Kocher (nº6 do ranking mundial, bronze no último mundial e 5ª classificada em Tóquio 2020). A portuguesa conseguiu contrariar o favoritismo da helvética de forma clara, pontuando 'wazari' antes do 'ippon' final. Na semifinal da categoria encontrou a atual Campeã Olímpica e Europeia, Distria Krasniqi, do Kosovo. A judoca lusa entrou a vencer, pontuando 'wazari' no primeiro ataque que executou, mas a kosovar conseguiu recompor-se, igualou o marcador sensivelmente a meio do combate e voltou a pontuar 'wazari' a 19 segundos do fim, afastando a judoca lusa da final. Na luta pelo pódio encontrou a sua compatriota Maria Siderot. Após um combate equilibrado, as duas portuguesas entraram no período de 'ponto de ouro', onde trocaram alguns ataques. Com a vitória a poder pender para qualquer lado, foi **Joana Diogo** a conseguir projetar Siderot, alcançando o 'wazari' que lhe valeu a conquista da **Medalha de Bronze**.

Igualmente na categoria -52 kg, **Maria Siderot** eliminou a suíça Binta Ndiaye (atual Campeã Europeia de Cadetes) na primeira eliminatória, por acumulação de 'shidos', após mais de 7 minutos de combate. Somou o segundo triunfo na prova perante a australiana Tinka Easton (nº51 do ranking), pontuando 'wazari' depois de mais um confronto desgastante, com mais de 4 minutos de 'golden score'. Enfrentou Estrella Sheriff (21ª), de Espanha, nos quartos-de-final. Após um combate equilibrado, foi a espanhola a alcançar o 'ippon' no último minuto dos 4 regulamentares. A Judoca Lusa regressou às vitórias na repescagem, superando a nº15 do ranking mundial, Amber Ryheul, da Bélgica, por 'wazari'. No Bloco de Finais, conforme referido anteriormente, **Maria Siderot** cedeu perante a sua compatriota Joana Diogo, alcançando um honroso 5º lugar.

Recordamos que **Portugal** está presente com **34 Atletas** (15 Femininas e 19 Masculinos): **Catarina Costa** (-48 kg), **Raquel Brito** (-48 kg), **Inês Ribeiro** (-48 kg), **Denisa Grecu** (-48 kg), **Joana Diogo** (-

# PRESS RELEASE



Federação Portuguesa  
de **Judo**

52 kg), **Maria Siderot** (-52 kg), **Telma Monteiro** (-57 kg), **Mariana Esteves** (-57 kg), **Maria Rosário** (-57 kg), **Margarida Brás** (-63 kg), **Wilsa Gomes** (-63 kg), **Adriana Torres** (-63 kg), **Joana Crisóstomo** (-70 kg), **Patrícia Sampaio** (-78 kg) e **Carolina Paiva** (-78 kg) no feminino e **Rodrigo Lopes** (-60 kg), **Francisco Mendes** (-60 kg), **Rafael Chambel** (-60 kg), **Bruno Bento** (-60 kg), **Bernardo Tralhão** (-66 kg), **Bruno Barros** (-66 kg), **Gonçalo Oliveira** (-66 kg), **Kainan Pires** (-66 kg), **Thelmo Gomes** (-73 kg), **João Fernando** (-81 kg), **Manuel Rodrigues** (-81 kg) **Eduardo Silva** (-81 kg), **Bruno Silva** (-81 kg), **Anri Egutidze** (-90 kg), **Miguel Rato** (-90 kg), **Jorge Fonseca** (-100 kg), **Diogo Brites** (-100 kg), **Ailton Cardoso** (-100 kg) e **João Pires** (-100 kg) no masculino, que são acompanhados pelos Treinadores **Ana Hormigo**, **Pedro Soares**, **Marco Morais**, **Joana Ramos**, **António Saraiva** e **Jerónimo Ferreira**.

A nível individual, além de **Catarina**, **Distria Krasniqi** (-52 kg) do Kosovo, **Rafaela Silva** (-57 kg) do Brasil, **Harim Lee** (-60 kg) da Coreia do Sul e **Denis Vieru** (-66 kg) da Moldávia conquistaram as Medalhas de Ouro nas suas respetivas categorias, neste primeiro dia da prova.

A **Coreia do Sul** foi a Seleção mais medalhada, subindo ao pódio 4 vezes (1 Ouro, 1 Prata e 2 Bronzes). Portugal, com as 3 Medalhas conquistadas (1 Ouro e 2 Bronze), garantiu a 2ª posição do pódio no final do primeiro dia. Seguem-se Brasil, Moldávia e Kosovo, todos com 1 Ouro.

Medalheiro e Resultados Finais em: [https://live.ijf.org/gp\\_por2022/medal\\_ranking](https://live.ijf.org/gp_por2022/medal_ranking)

O **Grand Prix Portugal 2022** recomeça este sábado, 29 de janeiro, para o segundo dia de combates. **Margarida Brás** (-63 kg), **Wilsa Gomes** (-63 kg), **Adriana Torres** (-63 kg), **Joana Crisóstomo** (-70 kg), **Thelmo Gomes** (-73 kg), **João Fernando** (-81 kg), **Manuel Rodrigues** (-81 kg) **Eduardo Silva** (-81 kg) e **Bruno Silva** (-81 kg) são os 9 **Judocas Lusos** em ação. Os combates têm início marcado para as 11h00. O segundo dia da prova conta ainda com uma homenagem (16h00) a **Telma Monteiro**, pela Câmara Municipal de Almada, cidade onde a judoca cresceu e iniciou o seu percurso na modalidade.

## Declarações

**Catarina Costa** - Medalha de Ouro

“Foi um dia muito feliz, apesar de saber que não estava nas melhores condições físicas, sendo início de época e com alguns percalços pelo meio. Ainda assim, consegui manter a cabeça forte, motivada e com o apoio do público, que eu acho fundamental, consegui ganhar em casa. Preparámos todos os combates muito bem e sabia o que podia mudar durante o combate. Com o público a apoiar, deu-me aquela motivação e garra extra para alcançar este resultado.”

**Telma Monteiro** - Medalha de Bronze

RUA ALVES REDOL, Nº 1, LOJA A/B  
2675-285 ODIVELAS - PORTUGAL  
TEL.(+351)213 931 630  
FAX(+351)213 951 679  
E-MAIL: [SECRETARIA@FJP.PT](mailto:SECRETARIA@FJP.PT)  
[WWW.FJP.PT](http://WWW.FJP.PT)



# PRESS RELEASE



Federação Portuguesa  
de **Judo**

“Estou muito feliz. Acho que foi uma competição muito interessante e dura. Já não competia desde Abu Dhabi. É o início da época, de um novo ciclo olímpico. Tenho coisas para trabalhar e vou continuar a melhorar. Falta-me algum ritmo de randori, preciso de mais desafio durante o treino. Preciso de apostar em estágios internacionais, sem dúvida, lutar com as minhas adversárias diretas e conhecer estas jovens que são muito fortes e vão aparecendo, como foi a francesa. Fiquei muito feliz com a forma como ganhei, vinha com o ouro na cabeça, mas termino no pódio. É muito difícil ser consistente. Passei um período difícil no ciclo anterior, à procura dessa consistência. Depois do ouro de Abu Dhabi, vencer esta medalha de bronze é bom, principalmente para essa consistência e ritmo. Sentir a energia do público e poder partilhar diretamente com eles a minha alegria é especial. Estou literalmente em casa, foi em Almada que cresci e que comecei a praticar Judo. É muito bom acrescentar mais uma boa memória aqui.”

Joana Diogo – Medalha de Bronze

“Vim com as expetativas altas para esta competição. Nas últimas provas internacionais que fiz, os European Open na Croácia e em Málaga, consegui sempre a medalha. Senti-me bem a lutar e talvez possa ter superado algumas expectativas. Estou muito feliz, é uma vitória muito importante para mim. Dou muito valor a esta medalha e demonstra que o trabalho que temos realizado dá frutos.”

NOTAS:

- 1) Fotografias: <https://www.ijf.org/competition/2281/photos>
- 2) Resultados atualizados e Live Streaming: [https://live.ijf.org/gp\\_por2022](https://live.ijf.org/gp_por2022)



Tlm.: (+ 351) 91 777 60 18

Telf.: (+ 351) 21 396 46 93

Email: [media@alcomunicacao.pt](mailto:media@alcomunicacao.pt)

[www.analimacomunicacao.pt](http://www.analimacomunicacao.pt)

RUA ALVES REDOL, N° 1, LOJA A/B  
2675-285 ODIVELAS - PORTUGAL  
TEL. (+351) 213 931 630  
FAX (+351) 213 951 679  
E-MAIL: [SECRETARIA@FPI.PT](mailto:SECRETARIA@FPI.PT)  
[WWW.FPI.PT](http://WWW.FPI.PT)

