



FUNDAÇÃO  
LUÍS FIGO  
FOUNDATION



# Magali de Lattre

Tenista do Team Portugal - Fundação Luís Figo  
(17 anos - Ranking Mundial WTA 838)

**VICE- CAMPEÃ Nacional 2004 (Séniiores – Singulares Fem.)**  
**CAMPEÃ Nacional 2004 (Séniiores – Pares Fem.)**  
**CAMPEÃ Nacional 2003 (Séniiores – Pares mistos)**  
**CAMPEÃ Nacional 2003 e 2004 (Juniiores – 18 anos)**  
**CAMPEÃ Nacional 2003 (Cadetes– 16 anos)**

Atleta da Selecção Nacional na categoria de Juniores e Séniores.  
Estatuto de Alta Competição do Instituto Nacional de Desporto.  
Entrada para o ETA RANKING (European Tennis Association) desde 2000.  
Entrada para o WTA RANKING (Women Tennis Association) desde 2003.

**Ranking Mundial Séniores WTA – 838 / 1200 (8,75 points)**

## Últimas Performances

Outubro 2004: **PORTO OPEN** (PORTUGAL) PORTO (WTA US\$ 25'000) / [Singulares Fem. - 1/16 Final.](#)

Setembro 2004: **CAMPEONATO NACIONAL SÉNIORES – ABSOLUTO** (PORTUGAL) PORTO SANTO (FTP) / [Singulares Fem. – Finalista e Vice-Campeã Nacional.](#)

**CAMPEONATO NACIONAL SÉNIORES – ABSOLUTO** (PORTUGAL) PORTO SANTO (FTP) / [Pares Fem. – VENCEDORA e Campeã Nacional.](#)

**CAMPEONATO NACIONAL DE JÚNIORES** (PORTUGAL) SETUBAL (FTP) / [Singulares Fem. – VENCEDORA e Campeã Nacional.](#)

Official sponsor



FUNDAÇÃO  
LUÍS FIGO  
FOUNDATION

**Agosto 2004:** **7° OPEN DE CORROIOS** (PORTUGAL) CORROIOS (TMN € 1'760) / [Singulares Fem. – ½ Final.](#)  
**VILA DO CONDE JUNIOR TENNIS CUP** (PORTUGAL) VILA DO CONDE (ITF Grupo 3) / [Singulares Fem. – 1/4 Final.](#)  
**COIMBRA LADIES OPEN II** (PORTUGAL) COIMBRA (WTA US\$ 10'000) / [Singulares Fem. – 1/16 Final, ultrapassou o Qualifying.](#)  
**COIMBRA LADIES OPEN I** (PORTUGAL) COIMBRA (WTA US\$ 10'000) / [Singulares Fem. – 1/16 Final.](#)

**Julho 2004:** **XI INTERNACIONAL CIUDAD DE PONTEVEDRA** (ESPAÑA) PONTEVEDRA (WTA US\$ 10'000) / [Singulares Fem. - 1/16 Final.](#)  
**CAMPEONATO NACIONAL JUNIORS EQUIPAS** (PORTUGAL) OLIVEIRA DE AZEMÉIS / [VENCEDORA e Campeã Nacional.](#)  
**II OPEN FEMININO SPORT ZONE DA CIDADE** (PORTUGAL) MARCO DE CANAVESES (TMN € 5'000) / [Singulares Fem. – ½ Final.](#)  
**SIDI FREDJ WOMEN'S CIRCUIT** (ALGERIA) SIDI FREDJ (WTA US\$ 10'000) / [Singulares Fem. – 1/8 Final.](#)  
**MANSOURAH WOMEN'S CIRCUIT** (ALGERIA) ALGER (WTA US\$ 10'000) / [Singulares Fem. – 1/16 Final.](#)

**Junho 2004:** **MONTEMOR – O - NOVO** (PORTUGAL) MONTEMOR (WTA US\$ 10'000) / [Singulares Fem. – 1/4 Final.](#)  
**TORNEIO INTERNACIONAL CIDADE DE ALCOBAÇA** (PORTUGAL) ACOBAÇA (WTA US\$ 10'000) / [Singulares Fem. – 1/16 Final.](#)  
**TORNEIO INTERNACIONAL CIDADE DE ALCOBAÇA** (PORTUGAL) ACOBAÇA (WTA US\$ 10'000) / [Pares Fem. – ½ Final.](#)

Official sponsor



LUIS FIORE

- Maio 2004:** **V OPEN AUTO VISTULA** (PORTUGAL) AVEIRO (TMN € 750) / [Singulares Fem. – 1/8 Final.](#)
- Abril 2004:** **ESTORIL OPEN** (PORTUGAL) LISBOA (WTA US\$ 110'000) / [Singulares Fem. – Primeira Ronda do Qualifying.](#)  
**IV OPEN DE CANTANHEDE** (PORTUGAL) CANTANHEDE (TMN € 1'500) / [Singulares Fem. – VENCEDORA.](#)
- Março 2004:** **RAMAT HASHARON LADIES OPEN** (ISRAEL) TEL-AVIV (WTA US\$ 10'000) / [Singulares Fem. – 1/16 Final.](#)
- Fevereiro 2004:** **PORTIMÃO LADIES OPEN** (PORTUGAL) PORTIMÃO (WTA US\$ 10'000) / [Singulares Fem. – 1/16 Final.](#)
- Dezembro 2003:** **MASTERS TMN** (PORTUGAL) ESPINHO (TMN € 12'220) / [Singulares Fem. – 1<sup>ra</sup> ronda.](#)
- Novembro 2003:** **I OPEN ALTO DO DUQUE** (PORTUGAL) LISBOA (TMN € 1'000) / [Singulares Fem. – VENCEDORA.](#)  
**SOLVERDE TENNIS CUP 2003** (PORTUGAL) ESPINHO (TMN € 7'500) / [Singulares Fem. – ½ Final.](#)  
**TORNEIO FUNDADORES DO CLUBE DE TÊNIS DE SÃO MIGUEL** (PORTUGAL-AÇORES) SÃO MIGUEL (TMN € 2'500) / [Singulares Fem. – ½ Final.](#)

**OUTUBRO 2003 – Primeira convocatória para integrar a FED CUP na Selecção Nacional de Séniores**

**ATLETA DA EQUIPA NACIONAL PARA O EUROPEU (Europa Cup – Sub-18)**

Official sponsor



## **Programa de Ténis**

Para outras informações, por favor contactar o treinador particular da Magali, Sr. Paulo Lucas, Membro da Associação Nacional de Treinadores (Clube de Ténis de Sassoeiros: +351 21 457 43 13 ou através do telemóvel: +351 91 862 66 46)

### **Programa Técnico / Tático (4 horas / dia)**

A preparação é conduzida de forma a desenvolver técnica e taticamente algumas situações no jogo da Magali: o serviço, a resposta, o rallying, o approach, volley, ataque e passing-shot. O volume e intensidade requeridos durante um esforço intenso na competição, e a recuperação física, são outros aspectos relevantes deste treino.

### **Treino Físico ( 2 horas / dia)**

O programa de treino físico vai desafiar a Magali a alcançar o seu potencial máximo. Para este efeito, vão ser efectuados periodicamente testes físicos detalhados de forma a avaliar, e determinar o nível de aptidão da jovem atleta.

### **Treino do Movimento**

No Clube de Ténis de Sassoeiros o treino do movimento é separado do programa físico de forma a enfatizar a sua importância. Foi desenvolvido um programa especializado para ajudar a Magali a movimentar-se com mais eficácia dentro do court.

### **Acompanhamento Psicológico**

O objectivo deste acompanhamento por um psicólogo, é o de preparar a Magali para a competição, ensinando-a a lidar com as exigências psicológicas do jogo. Ela está a aprender a competir a um nível muito elevado, usando algumas das seguintes estratégias: atingir objectivos, gerir o tempo, concentração, atitude, estratégia de jogo e recuperação.

Official Sponsor



CLUBE F100

## O Clube de Ténis

No Clube de Ténis de Sasseiros a Magali são realizados relatórios com informações úteis para estabelecer o programa de treinos e competição anuais. Estes relatórios incluem dados muito importantes como: o planeamento anual, a preparação pré e pós competição, estudo do jogo, resultados dos testes de aptidão física, comportamento da jogadora, informação nutricional, e outras informações de forma a melhorar a qualidade de jogo.

## Programa Diário

O programa de treinos diários, bem como os estudos, estão integrados no dia-a-dia da Magali de modo a assegurar um desenvolvimento efectivo, e ao mesmo tempo, recuperá-la entre os treinos, as aulas e as refeições.

### O programa Diário é o seguinte (Segunda - Sexta)

8:15	8:45	Pequeno almoço
9:30	10:30	Treino físico
10:30	12:30	Ténis
13:00	14:30	Almoço e descanso
14:30	15:30	Treino Físico
15:30	17:30	Ténis
17:30	19:30	Descanso
19:30	20:45	Aulas nocturnas
21:00	21:30	Jantar
22:00		Repouso

### Programa de competição (consultar o programa em anexo)

Este programa de treino é feito em conjunto com o treinador no início de cada ano. Deste modo a Magali participa regularmente em torneios do circuito Internacional de Júniores, International Tennis Federation (I.T.F.), e, mais recentemente, no circuito Profissional de Ténis Feminino, Women Tennis Association (WTA) a nível mundial.

Official Sponsor



LUIS FIOB

## Objectivos estabelecidos para 2004

1. Colocar-se nas 400 melhores jogadoras mundial. Pontuar no Ranking Mundial de Séniores WTA (a Magali pontuou em torneios em 2003, entrando rapidamente para o Ranking Mundial subindo + de 400 lugares – 796 / 1200 jogadoras).
2. Vencer o Campeonato Nacional de Juniors (Conseguiu o título de Campeã Nacional em 2003).
3. Alcançar a final do Campeonato Nacional de Séniores (Foi semi-finalista e Campeã de Pares mistos).

## Outras Informações

A Magali recebeu alguma ajuda financeira há 4 anos de forma a conseguir integrar o Ranking Europeu ETA. Este apoio veio da parte de 4 entidades privadas. Hoje, procura outros apoios ou patrocínios, de forma a assegurar a sua permanência no ranking Mundial de Séniores. Para além destas entidades privadas que forneceram uma preciosa ajuda no lançamento da sua carreira internacional, a Magali tem recebido algum material de desporto dos fabricantes cujos logos se encontram abaixo mencionados.

## Programa de Competição para 2004

Este programa, ainda em vigor, pode sofrer alterações. No site internet da Magali ([www.magalidelattre.com](http://www.magalidelattre.com)), já encontra alguns dos torneios previstos para 2004.

A Magali vai tentar somar pontos suficientes para alcançar, em 2004, as fases de qualificação de alguns torneios de muito prestígio, tais como: Roland Garros, Wimbledon, e US Open.

Official sponsor



<b>Data</b>	<b>Torneios</b>	<b>Categoria</b>
14 de Fevereiro – 22 de Fevereiro 2004	<b>PORTIMÃO LADIES OPEN</b> (PORTUGAL) <b>PORTIMÃO</b>	<b>ITF (WTA)</b> <b>SENIORES</b> (\$ 10'000)
13 de Março – 21 de Março 2004	<b>RAMAT HASHARON LADIES</b> <b>OPEN</b> (ISRAEL) RAMAT HASHARON	<b>ITF (WTA)</b> <b>SENIORES</b> (\$ 10'000)
1 Abril – 4 Abril 2004	<b>OPEN CANTANHEDE</b> (PORTUGAL) CANTANHEDE	<b>FTP (TMN)</b> <b>SENIORES</b> (€ 1'500)
10 Abril – 18 Abril 2004	<b>ESTORIL OPEN</b> (PORTUGAL) LISBOA	<b>WTA</b> <b>SENIORES</b> (\$110'000)
28 Maio – 30 Maio 2004	<b>V OPEN AUTO VISTULA</b> (PORTUGAL) AVEIRO	<b>FTP (TMN)</b> <b>SENIORES</b> (€ 1'500)
5 Junho – 13 Junho 2004	<b>ALCOBAÇA LADIES OPEN</b> (PORTUGAL) ALCOBAÇA	<b>ITF (WTA)</b> <b>SENIORES</b> (\$ 10'000)
12 Junho – 20 Junho 2004	<b>CREDITO AGRICOLA LADIES</b> <b>OPEN</b> (PORTUGAL) MONTEMOR- O-NOVO	<b>ITF (WTA)</b> <b>SENIORES</b> (\$ 10'000)
29 Junho – 4 Julho 2004	<b>MANSOURAH WOMEN'S</b> <b>CIRCUIT</b> (ALGERIA) ALGER	<b>ITF (WTA)</b> <b>SENIORES</b> (\$ 10'000)
6 Julho – 11 Julho 2004	<b>SIDI FREDJ WOMEN'S</b> <b>CIRCUIT</b> (ALGERIA) SIDI FREDJ	<b>ITF (WTA)</b> <b>SENIORES</b> (\$ 10'000)
13 Julho – 18 Julho 2004	<b>III OPEN FEMININO SPORT</b> <b>ZONE DA CIDADE</b> (PORTUGAL) MARCO DE CANAVESES	<b>FTP (TMN)</b> <b>SENIORES</b> (€ 5'000)
20 Julho – 21 Julho 2004	<b>CAMPEONATO NACIONAL</b> <b>EQUIPAS</b> (PORTUGAL) OLIVEIRA DE AZEMÉIS	<b>FTP</b> <b>JUNIORES</b>
27 Julho – 1 Agosto 2004	<b>XI INTERNACIONAL CIUDAD</b> <b>DE PONTEVEDRA</b> (ESPANHA) PONTEVEDRA	<b>ITF (WTA)</b> <b>SENIORES</b> (\$ 10'000)
6 Agosto – 14 Agosto 2004	<b>COIMBRA UNIVERSITY</b> <b>LADIES OPEN 1</b> (PORTUGAL) COIMBRA	<b>ITF (WTA)</b> <b>SENIORES</b> (\$ 10'000)

Official Sponsor



LUIS FIORE

<b>Data</b>	<b>Torneios</b>	<b>Categoria</b>
13 Agosto – 21 Agosto 2004	<b>COIMBRA UNIVERSITY LADIES OPEN 2</b> (PORTUGAL) COIMBRA	<b>ITF (WTA) SENIORES (\$ 10'000)</b>
17 Agosto - 24 Agosto 2004	<b>VILA DO CONDE JUNIORS TENNIS CUP</b> (PORTUGAL) VILA DO CONDE	ITF (U/18) JUNIORES GRADE 3
23 Agosto - 28 Agosto 2004	<b>7° OPEN DE CORROIOS</b> (PORTUGAL) CORROIOS	FTP (TMN) SENIORES (€ 1'760)
30 Agosto – 4 Setembro 2004	<b>CAMPEONATO NACIONAL IND. DE JUNIOR</b> (PORTUGAL) SETUBAL	FTP JUNIORES (-18 anos)
5 Setembro – 11 Setembro 2004	<b>CAMPEONATO NACIONAL IND. ABSOLUTO</b> (PORTUGAL) PORTO SANTO - MADEIRA	FTP SENIORES (€ 6'750)
27 Setembro – 3 Outubro 2004	<b>PORTO OPEN</b> (PORTUGAL) PORTO	<b>ITF (WTA) SENIORES (\$ 25'000)</b>
4 Outubro – 10 Outubro 2004	<b>V NAZARÉ OPEN</b> (PORTUGAL) NAZARÉ	FTP (TMN) SENIORES (€ 750)
18 Outubro – 24 Outubro 2004	<b>VINHOS DO ALENTEJO OPEN</b> (PORTUGAL) EVORA	<b>ITF (WTA) SENIORES (\$ 10'000)</b>
25 Outubro – 31 Outubro 2004	<b>SOLVERDE TENNIS CUP</b> (PORTUGAL) ESPINHO	FTP (TMN) SENIORES (€ 7'500)
31 Outubro – 3 Novembro 2004	<b>CAMPEONATO NACIONAL EQUIPAS</b> (PORTUGAL) VILA REAL ST° ANTÓNIO	FTP SENIORES
11 Novembro – 14 Novembro 2004	<b>CAMPEONATO DA EUROPA DES NATIONS</b> (REPUBLICA CHECA) PRAGUE	ITF /ETA SENIORES
26 Novembro – 28 Novembro 2004	<b>II OPEN ALTO DO DUQUE</b> (PORTUGAL) LISBOA	FTP (TMN) SENIORES (€ 2'500)
13 Dezembro – 18 Dezembro 2004	<b>MASTERS TMN</b> (PORTUGAL) ESPINHO	FTP (TMN) SENIORES (€ 12'220)

Official sponsor



LUIS RIBO

## CURRICULUM VITAE

**Nome** : Magali de Melo e Castro de Lattre

**Data de Nascimento** : 14 de Junho de 1987

**Local** : Lausanne (Suíça)

**Nacionalidade** : **Portuguesa e Suíça**

**Morada** : Quinta da Boa Esperança  
Lote 37 - ALBARRAQUE  
2710-063 **SINTRA**  
**PORTUGAL**

**Contactos** : Tel. Privado +351 21 915 25 77  
Telemóvel +351 96 713 12 52

**Idiomas** : Português  
Francês  
Inglês

**Hobbies** : Cinema, Ski, Mergulho, Música

Lisboa, 10 Outubro 2004

Official Sponsor



LUIE FIOB