

Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950



Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)

CIRCULAR Nº 0151/2024	Lisboa, 18 de novembro de 2024
DISTRIBUIÇÃO: AT's, CA e Clubes de GAM	
ASSUNTO: Ginástica Artística Masculina – Taça de Portugal e CNU	

Exmos. Senhores,

Por este meio e a esta data se enviam as devidas informações referentes à realização da Taça de Portugal de Ginástica Artística Masculina (GAM) e Campeonato Nacional Universitário (CNU) a realizar no dia 7 de dezembro de 2024.

Local: Centro de Alto Rendimento de Anadia
Rua Ivo Neves, nº 405
Sangalhos

Dia 7 de dezembro Anexo 1
Taça de Portugal Jovem: Esperanças – Iniciados e Juvenis
Taça de Portugal: Absolutos – Júniores e Seniores
CNU (a confirmar após inscrições)
1ª subdivisão
Abertura do Recinto: 9h30 (Aquecimento geral, na zona de competição até às 9h55)
Início da Competição: 10h00

2ª subdivisão
Abertura do Recinto: 14h15 (Aquecimento geral, na zona de competição até às 14h40)
Início da Competição: 14h45

Entrega de prémios (previsão): 17h55

Direção da competição: Direção Executiva | André Nogueira
Direção Técnica | A definir
Júri de apelo: Vice-Presidente FGP | A definir
CA | A definir



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950



Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)

INFORMAÇÕES

1. Participação em competição e controlo de acessos:

Só as pessoas devidamente acreditadas/inscristas têm acesso ao recinto da competição:

- A presença na competição só é autorizada a ginastas, treinadores, juizes, delegados (1 por clube) filiados na presente época, membros da organização, da direção e órgãos sociais da FGP.
- Os treinadores devem ter o seu Título Profissional de Treinador de Desporto válido.
- Clubes que participem apenas com um ginasta, só podem ser acompanhados um(a) treinador(a) a acompanhar. Não será permitido mais do que dois(duas) treinadores(as) por cada equipa dentro de cada competição.
- Os delegados, quando presentes, devem assistir à competição na mesa de delegados preparada para o efeito ou na bancada, não podendo permanecer na zona de treinos/competição.

2. Treinos oficiais:

- É possível a realização de treinos no dia anterior (entre as 15h40 e as 20h00). Os mesmos estarão condicionados ao número de ginastas a participar.

Solicitação de treinos deve ser enviada, para andre.nogueira@ginastica.org, até ao dia 27 de novembro com indicação do nº de ginastas e horário preferível. O treino não poderá exceder o tempo de 2h00 nos aparelhos de competição, considerando-se 20 minutos em cada aparelho. Os horários de treino atribuídos serão divulgados até ao dia 4 de dezembro.

3. Organização da competição

- Há um período de aquecimento geral de 25' no praticável (zona de competição).
- Após o aquecimento geral os ginastas preparam-se para o desfile inicial, que segue diretamente para o seu aparelho.
- Em cada rotação os ginastas alinham à frente dos juizes, antes de se dar início ao aquecimento específico (12').

4. Programa técnico de competição

- Conforme informado antecipadamente, todos os ginastas participantes na Taça de Portugal (juniores e seniores) serão pontuados de acordo com o código FIG 2025-2028. Mais especificamente, os ginastas Seniores Elite são pontuados com código FIG e os ginastas Juniores, Seniores e Juniores Elite são pontuados com código FIG Júnior.



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950



Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)

5. CNU:

- Durante a Taça de Portugal realiza-se o Campeonato Nacional Universitário (CNU), desde que a Federação Académica do Desporto Universitário (FADU) confirme a realização do mesmo.
- Para a classificação de saltos no CNU é considerado apenas 1 salto.

6. Os grupos poderão sofrer alterações, devido a possíveis desistências de ginastas, ou por motivos de organização da competição.

7. Ordem das equipas:

- Deve ser preenchido e enviado o ficheiro em anexo até ao dia 4/12/2024 (4ª-feira), enviadas por via eletrónica para andre.nogueira@ginastica.org

8. Emblemas nos fatos de competição:

- É expressamente proibido que os/as ginastas ostentem no seu fato de competição apenas a bandeira nacional nas competições em que estão a representar o seu clube. Poderão, se assim o desejarem ter a bandeira do clube e a bandeira nacional mas sempre cada uma com as dimensões mínimas. Qualquer infração a esta regra implicará as penalizações previstas nos CdP da FIG sobre vestuário inadequado.

9. Cerimónias protocolares:

- As cerimónias protocolares realizam-se com o fato de treino do clube;
- Não é necessária a apresentação de estandarte;
- Apenas participam as equipas medalhadas;
- Serão entregues os prémios por equipas, de acordo com o regulamento da competição

10. Público:

- A venda de bilhetes é feita através da bilheteira online, não existindo venda direta ao público (nem no dia da competição) - <https://ticketline.sapo.pt/>.
- As competições do calendário oficial da FGP são eventos para maiores de 6 anos, de acordo com as normas de classificação nacional de espetáculos, do IGAC (<https://www.igac.gov.pt/espetaculos/classificacao-etaria>).
- O evento pode também ser acompanhado em direto, no livestreaming da Ginástica TV: <https://www.ginastica.tv/>.



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



11. Clubes Participantes (#8):

CGF	ACROBATIKDAYS - Clube Ginástica de Fátima
CGTN	Clube de Ginástica de Torres Novas
CGA	Clube de Ginástica de Almada
GCP	Ginásio Clube Português
CGG	GUIMAGYM-Clube de Ginástica de Guimarães
LGC	Lisboa Ginásio Clube
SpCP	Sport Club do Porto

Cumprimentos,

A Diretora Executiva

Teresa Loureiro



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



ANEXO 1

1ª subdivisão

TAÇA JOVEM (Grupo 1 e 2) / TAÇA DE PORTUGAL – CNU (Grupo 3 e 4)

9h30 – 10H00– 13h10

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN
1	Eq. SpCP	1	Simão Sousa *	2012
		2	Pedro Gomes *	2012
		3	Gustavo Dias *	2013
		4	Tomás Marvão *	2012
		5	Martim Lima	2010
		6	Salvador Ferreira	2010
		7	Mario Lemos	2011
2	Eq. GCP	8	Francisco Antunes *	2012
		9	Gonçalo Videira *	2013
		10	João Belém	2010
		11	João Freitas	2011
		12	Francisco Morgado	2010
		13	Francisco Loureiro	2010
	CGTN	14	Rodrigo Martins *	2012
3	Eq. LGC	44	Tiago Lopes	2004
		45	Hugo Barreiros	2004
		46	Bernardo Almeida **	1996
		47	Pedro Pereira **	2004
		48	Luís Léchaud **	2004
	CGF	49	Duarte Oliveira	2008
4	Eq. CGA	28	Francisco Faustino	2008
		29	Diogo Dionísio	2009
		30	Luka Santos	2008
		31	Bernardo Silva	2009
	Eq. CGG	32	Sérgio Antunes	2009
		33	Hugo Mendes **	2005
		34	Arthur Megda	2007

* ginastas Iniciados

** ginastas Seniores Elite



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



AQUECIMENTO & COMPETIÇÃO

Aparelhos e horários	SO	CA	ARG	ST	PS	BF
1ª rot. 10:00	1 Eq. SpCP	2 Eq. GCP; 14	3 Eq. LGC; 49	4 Eq. CGA; Eq. CGG		
2ª rot. 10:32		1 Eq. SpCP	2 Eq. GCP; 14	3 Eq. LGC; 49	4 Eq. CGA; Eq. CGG	
3ª rot. 11:04			1 Eq. SpCP	2 Eq. GCP; 14	3 Eq. LGC; 49	4 Eq. CGA; Eq. CGG
4ª rot. 11:36	4 Eq. CGA; Eq. CGG			1 Eq. SpCP	2 Eq. GCP; 14	3 Eq. LGC; 49
5ª rot. 12:08	3 Eq. LGC; 49	4 Eq. CGA; Eq. CGG			1 Eq. SpCP	2 Eq. GCP; 14
6ª rot. 12:40	2 Eq. GCP; 14	3 Eq. LGC; 49	4 Eq. CGA; Eq. CGG			1 Eq. SpCP

- ✓ Às 9h55 termina o período de aquecimento geral para a início da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ Os ginastas têm 12 minutos de aquecimento nos aparelhos antes do início de cada rotação.



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



ANEXO 2

TAÇA JOVEM (Grupo 5) / TAÇA DE PORTUGAL – CNU (Grupo 6 e 7)

16h45 – 18h15 – 20h45

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN
5	Eq. CGA	15	Lucas Ramos *	2012
		16	Luis Nogueira *	2013
		17	Eduardo Costa *	2013
		18	André Prego	2010
		19	Illia Yarusko	2011
	CGG	20	Tiago Barros	2009
6	Eq. GCP	35	Gonçalo Correia	2008
		36	Lucas Drago	2008
		37	Vasco Pelágio	2008
		38	Manuel Santos	2006
		39	Tiago Hernandez	2005
		40	Filipe Almeida **	2002
		41	Marcelo Marques **	2001
	42	Francisco Martins **	2005	
CGTN	43	Clovis Dias	2007	
7	Eq. SpCP	21	Gustavo Teixeira	2007
		22	Gaspar Ribeiro	2006
		23	Francisco Bateira	2006
		24	José Reis	2008
		25	Diogo Oliveira	2007
		26	Rafael Santos	2005
		27	Guilherme Campos **	2000

* ginastas Iniciados

** ginastas Seniores Elite



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



AQUECIMENTO & COMPETIÇÃO

Aparelhos e horários	SO	CA	ARG	ST	PS	BF
1ª rot. 14:45	5 Eq. CGA	6 Eq. GCP; 43	7 Eq. SpCP;			
2ª rot. 15:17		5 Eq. CGA	6 Eq. GCP; 43	7 Eq. SpCP;		
3ª rot. 15:49			5 Eq. CGA	6 Eq. GCP; 43	7 Eq. SpCP;	
4ª rot. 16:21				5 Eq. CGA	6 Eq. GCP; 43	7 Eq. SpCP;
5ª rot. 16:53	7 Eq. SpCP;				5 Eq. CGA	6 Eq. GCP; 43
6ª rot. 17:25	6 Eq. GCP; 43	7 Eq. SpCP;				5 Eq. CGA

- ✓ Às 14h40 termina o período de aquecimento geral para a início da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ Os ginastas têm 12 minutos de aquecimento nos aparelhos antes do início de cada rotação.



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950



Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)

CIRCULAR Nº 0152/2024	Lisboa, 18 de novembro de 2024
DISTRIBUIÇÃO: AT's, CA e Clubes de GAF	
ASSUNTO: Ginástica Artística Feminina – Taça de Portugal e CNU	

Exmos. Senhores,

Por este meio e a esta data se enviam as devidas informações referentes à realização da Taça de Portugal de Ginástica Artística Feminina (GAF) e Campeonato Nacional Universitário (CNU) a realizar nos dias 7 e 8 de dezembro de 2024.

Local: Centro de Alto Rendimento de Anadia
Rua Ivo Neves, nº 405
Sangalhos

Dia 7 de dezembro Anexo 1
Taça de Portugal: Absolutos – Juniores e Seniores
CNU (a confirmar após inscrições)
1ª subdivisão (grupos 1 a 4)
Abertura do Recinto: 10h02 (Aquecimento geral, na zona de treino até às 10h27)
Início da Competição: 10h32

2ª subdivisão (grupos 5 a 8)
Abertura do Recinto: 14h47 (Aquecimento geral, na zona de treino até às 15h12)
Início da Competição: 15h17
Entrega de prémios (previsão): 17h55

Dia 8 de dezembro Anexo 2
Taça de Portugal Jovem: Esperanças – Iniciados e Juvenis
1ª Subdivisão (grupos 1 a 4)
Abertura do Recinto: 9h00 (Aquecimento geral, na zona de treino até às 9h25)
Início da Competição: 9h30



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950



Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)

2ª Subdivisão (grupos 5 a 8)

Abertura do Recinto: 10h52 (Aquecimento geral, na zona de treino até às 11h17)

Início da Competição: 10h22

3ª Subdivisão (grupos 9 a 12)

Abertura do Recinto: 14h15 (Aquecimento geral, na zona de treino até às 14h40)

Início da Competição: 14h45

Entrega de prémios (previsão): 16h40

Direção da competição: Direção Executiva | André Nogueira

Direção Técnica | A definir

Júri de apelo: Vice-Presidente FGP | A definir

CA | A definir

INFORMAÇÕES

1. Participação em competição e controlo de acessos:

Só as pessoas devidamente acreditadas/inscritis têm acesso ao recinto da competição:

- A presença na competição só é autorizada a ginastas, treinadores, juizes, delegados filiados na presente época, membros da organização, da direção e órgãos sociais da FGP.
- Os treinadores devem ter o seu Título Profissional de Treinador de Desporto válido.
- Clubes que participem apenas com uma ginasta, só podem ser acompanhadas por um(a) treinador(a). Não será permitido mais do que dois(duas) treinadores(as) por cada equipa dentro de cada competição.
- Os delegados, quando presentes, devem assistir à competição na mesa de delegados preparada para o efeito ou na bancada, não podendo permanecer na zona de treinos/competição.



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950



Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)

2. Organização da competição

- Há um período de aquecimento geral de 25' no praticável (zona de treino).
- Após o aquecimento geral as ginastas preparam-se para o desfile inicial, que segue diretamente para o seu aparelho.
- Em cada rotação as ginastas alinham à frente das juízes, antes de se dar início ao aquecimento específico.

3. Colchões de segurança:

- Para a competição da Taça de Portugal/CNU será permitida a utilização de colchão suplementar nos saltos (10cm, para apoio à receção de saltos com mortal), nas paralelas assimétricas (para apoio em queda de despegues) e no solo (10 cm, para apoio à receção de elementos acrobáticos iguais ou superiores a "E")
- Para a Taça de Portugal Jovem a utilização de colchões segue a norma prevista no código adaptado, sendo também possível para receção nos saltos (saltos com mortal) e nas paralelas assimétricas durante a realização de despegues.

4. CNU:

- Durante a Taça de Portugal realiza-se o CNU, desde que a Federação Académica do Desporto Universitário (FADU) confirme a realização do mesmo, sendo as ginastas, caso não estejam inscritas na TP colocadas na circular, podendo ser na 1ª ou 2ª subdivisão.
- Para a classificação de saltos no CNU é considerado apenas 1 salto.

5. Treinos oficiais:

- É possível a realização de treinos nos dias anteriores. Dia 6 entre as 15h40 e as 20h00 e no dia 7 entre as 18h20 e as 21h00. No dia 7 no treino na zona de competição será dada prioridade para ginastas que não tenham treinado no dia 6. Os mesmos estarão condicionados ao número de ginastas a participar.
Solicitação de treinos deve ser enviada, para andre.nogueira@ginastica.org, até ao dia 27 de novembro, com informação do nº de ginastas e horário preferível. O treino não poderá exceder o tempo de 1h20 (GAF) nos aparelhos de competição, considerando-se 20 minutos em cada aparelho. Os horários de treino atribuídos serão divulgados até ao dia 4 de novembro.
6. Os grupos poderão sofrer alterações, devido a possíveis desistências de ginastas, ou por motivos de organização da competição.



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950



Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)

7. Músicas:

- Têm de dar entrada na FGP até ao dia 3 de dezembro (3^a-feira), enviadas por via eletrónica para andre.nogueira@ginastica.org.
- Solicitamos que sejam enviadas via upload através de plataforma de transferência de ficheiros (exemplo: WeTransfer).
- Devem enviar todas as músicas do mesmo clube num só ficheiro.
- As músicas têm de estar devidamente identificadas com o número de dorsal, a sigla do clube o nome da ginasta (primeiro nome e apelido).

8. Ordem das equipas:

- Deve ser preenchido e enviado o ficheiro em anexo até ao dia 3 de dezembro (3^a-feira), enviadas por via eletrónica para andre.nogueira@ginastica.org

9. Emblemas nos fatos de competição:

- É expressamente proibido que as ginastas ostentem no seu fato de competição apenas a bandeira nacional. Poderão ter a bandeira do clube e a bandeira nacional, mas sempre cada uma com as dimensões mínimas. Qualquer infração a esta regra implicará as penalizações previstas nos CdP da FIG sobre vestuário inadequado.

10. Cerimónias protocolares:

- As cerimónias protocolares realizam-se com o fato de treino do clube;
- Não é necessária a apresentação de estandarte;
- Apenas participam as equipas medalhadas;
- Serão entregues os prémios por equipas, de acordo com o regulamento da competição

11. Público:

- A venda de bilhetes é feita através da bilheteira online, não existindo venda direta ao público (nem no dia da competição) - <https://ticketline.sapo.pt/>.
- As competições do calendário oficial da FGP são eventos para maiores de 6 anos, de acordo com as normas de classificação nacional de espetáculos, do IGAC (<https://www.igac.gov.pt/espetaculos/classificacao-etaria>).
- O evento pode também ser acompanhado em direto, no livestreaming da Ginástica TV: <https://www.ginastica.tv/>.



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



12. Clubes Participantes (#11):

CGA	Clube de Ginástica de Almada
CGF	ACROBATIKDAYS - Clube Ginástica de Fátima
SpCP	Sport Club do Porto
CGG	GUIMAGYM-Clube de Ginástica de Guimarães
GCP	Ginásio Clube Português
CGOB	Clube de Ginástica de Oliveira do Bairro - CGOB
EGGaia	Escola de Ginástica de Gaia - CRL
LGC	Lisboa Ginásio Clube
CLAC	CLAC - Clube de Lazer, Aventura e Competição
GCM	Ginásio Clube da Maia

Cumprimentos,

A Diretora Executiva

Teresa Loureiro



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



ANEXO 1

1ª subdivisão

TAÇA DE PORTUGAL / CNU

10h02 – 10h32– 12h83

Grupo	Clube	Dorsal	Nome	DN
1	Eq. A CGA	1	Cláudia Gonçalves	2010
		2	Sofia Gonçalves	2005
		3	Valéria Polido	2007
	Eq. B CGA	4	Madalena Rodrigues	2010
		5	Mariana Carvalho	2010
		6	Olivia Ribeiro	2010
2	Eq. CGF	7	Eva Jesus	2010
		8	Laura Jesus	2008
		9	Lilou Barros	2010
	Eq. B SpCP	10	Beatriz Costa	2010
		11	Giovana Reis	2010
		12	Noémia Conceição	2004
3	Eq. CGG	13	Carolina Henriques	2010
		14	Ema Alves	2010
		15	Matilde Cunha	2008
		16	Natacha Silva	2007
		17	Sofia Moreira	2010
4	GCP	18	Beatriz Lapa	2001
	Eq. B GCP	19	Beatriz Cardoso	2009
		20	Iara Ferreira	2009
		21	Joana Louro	2009
		22	Maria Fernandes	2009
		23	Sarah Almeida	2009



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



AQUECIMENTO & COMPETIÇÃO

Aparelhos e horários	ST	PA	TR	SO
1ª rot. 10:32	1 Eq. A CGA; Eq. B CGA	2 Eq. CGF; Eq. B SpCP	3 Eq. CGG;	4 18; Eq. B GCP;
2ª rot. 11:04	4 18; Eq. B GCP;	1 Eq. A CGA; Eq. B CGA	2 Eq. CGF; Eq. B SpCP	3 Eq. CGG;
3ª rot. 11:36	3 Eq. CGG;	4 18; Eq. B GCP;	1 Eq. A CGA; Eq. B CGA	2 Eq. CGF; Eq. B SpCP
4ª rot. 12:08	2 Eq. CGF; Eq. B SpCP	3 Eq. CGG;	4 18; Eq. B GCP;	1 Eq. A CGA; Eq. B CGA

- ✓ Às 10h27 termina o período de aquecimento geral para a início da competição que segue diretamente para os aparelhos. A entrada em competição dá-se aquando da 2ª rotação da competição da GAM.
- ✓ As ginastas têm 12 minutos de aquecimento nos aparelhos antes do início de cada rotação.



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



2ª subdivisão

TAÇA DE PORTUGAL / CNU

14h47 – 15h17– 17h55

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN
5	CGOB	24	Bárbara Saraiva	2009
	Eq. CGOB	25	Bárbara Bartolomeu	2010
		26	Carolina Pacheco	2008
		27	Francisca Ferreira	2009
		28	Margarida Santos	2008
		29	Raquel Oliveira	2009
6	Eq. A GCP	30	Joana Monteiro	2009
		31	Maria Calisto	2007
		32	Maria Menezes	2007
		33	Mariana Parente	2006
		34	Nuria Emidio	2010
7	EGGaia	35	Rita Duarte	2010
	Eq. LGC	36	Beatriz Correia	2008
		37	Margarida Barreto	2008
		38	Mariana Marianito	2000
		39	Nicole Machado	2009
8	Eq. A SpCP	40	Clara Justo	2009
		41	Gabriela Alves	2007
		42	Gabriela Reis	2006
		43	Joana Reis	2009
		44	Mafalda Costa	2005



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



AQUECIMENTO & COMPETIÇÃO

Aparelhos e horários	ST	PA	TR	SO
1ª rot. 15:17	5 24; Eq. CJOB	6 Eq. A GCP	7 35; Eq. LGC	8 Eq. A SpCP
2ª rot. 15:49	8 Eq. A SpCP	5 24; Eq. CJOB	6 Eq. A GCP	7 35; Eq. LGC
3ª rot. 16:21	7 35; Eq. LGC	8 Eq. A SpCP	5 24; Eq. CJOB	6 Eq. A GCP
4ª rot. 16:53	6 Eq. A GCP	7 35; Eq. LGC	8 Eq. A SpCP	5 24; Eq. CJOB

- ✓ Às 15h12 termina o período de aquecimento geral para a início da competição que segue diretamente para os aparelhos. A entrada em competição dá-se aquando da 2ª rotação da competição da GAM.
- ✓ As ginastas têm 12 minutos de aquecimento nos aparelhos antes do início de cada rotação.



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950



Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)

ANEXO 2

1ª subdivisão

TAÇA JOVEM

9h00 – 9h30– 13h12

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN
1	CLAC	45	Maria Leitão	2013
		46	Alice Malagueiro	2011
	Eq. C SpCP	47	Ana Querobino	2014
		48	Francisca Moreira	2014
		49	Heloísa Soares	2014
		50	Sofia Faria	2014
2	CGG	51	Francisca Castro	2014
	Eq. C CGG	52	Eliana Lopes	2015
		53	Inês Castro	2013
		54	Luisa Catela	2015
		55	Maria Benedita Marques	2014
		56	Maria Moura	2013
3	LGC	57	Damiana Atnasheva	2012
	Eq. LGC	58	Ana Costa	2011
		59	Carolina Adrega	2012
		60	Alice Fernandes	2013
		61	Inês Oliveira	2012
		62	Sahra Lona	2012
4	Eq. CGF	63	Eva Oliveira	2011
		64	Marta Melnyk	2014
		65	Matilde Cristina	2012
		66	Victoria Shyichuk	2015



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



AQUECIMENTO & COMPETIÇÃO

Aparelhos e horários	ST	PA	TR	SO
1ª rot. 9:30	1 45, 46; Eq. C SpCP	2 51; Eq. C CGG	3 57; Eq. LGC	4 Eq. CGF
2ª rot. 9:58	4 Eq. CGF	1 45, 46; Eq. C SpCP	2 51; Eq. C CGG	3 57; Eq. LGC
3ª rot. 10:26	3 57; Eq. LGC	4 Eq. CGF	1 45, 46; Eq. C SpCP	2 Eq. C CGG
4ª rot. 10:54	2 Eq. C CGG	3 57; Eq. LGC	4 Eq. CGF	1 45, 46; Eq. C SpCP

- ✓ Às 9h25 termina o período de aquecimento geral para a início da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ As ginastas têm 10 minutos de aquecimento nos aparelhos antes do início de cada rotação.



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



2ª subdivisão

TAÇA JOVEM

10h52 – 11h22– 13h12

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN
5	Eq. CGA	67	Clara Namora	2012
		68	Clara Queluz	2013
		69	Matilde Silva	2013
		70	Nur Brito	2012
6	Eq. B SpCP	71	Carminho Barreto	2014
		72	Francisca Soares	2013
		73	Leonor Silva	2012
		74	Polina Pavlik	2014
7	Eq. B GCP	75	Benedita Rocha	2013
		76	Eduarda Oliveira	2013
		77	Rita Botte	2013
		78	Rita Videira	2013
8	Eq. B CGG	79	Ana Maria Fernandes	2015
		80	Ariana Freire	2012
		81	Carolina Beirão	2012
		82	Lara Martins	2012
		83	Maria Inês Pereira	2011



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



AQUECIMENTO & COMPETIÇÃO

Aparelhos e horários	ST	PA	TR	SO
1ª rot. 11:22	5 Eq. CGA;	6 Eq. B SpCP;	7 Eq. B GCP;	8 Eq. B CGG;
2ª rot. 11:50	8 Eq. B CGG;	5 Eq. CGA;	6 Eq. B SpCP;	7 Eq. B GCP;
3ª rot. 12:18	7 Eq. B GCP;	8 Eq. B CGG;	5 Eq. CGA;	6 Eq. B SpCP;
4ª rot. 12:46	6 Eq. B SpCP;	7 Eq. B GCP;	8 Eq. B CGG;	5 Eq. CGA;

- ✓ Às 11h17 termina o período de aquecimento geral para a início da competição que segue diretamente para os aparelhos. A entrada em competição dá-se após o final da 1ª subdivisão.
- ✓ As ginastas têm 10 minutos de aquecimento nos aparelhos antes do início de cada rotação.



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



3ª subdivisão

TAÇA JOVEM

14h15 – 14h45– 16h40

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN
9	Eq. GCM	84	Carolina Cunha	2012
		85	Catarina Ribeiro	2013
		86	Lorena Ribeiro	2013
	Eq. A GCP	87	Helena Ribeiro	2011
		88	Maria Henriques	2013
		89	Maria Pires	2011
		90	Mariana Machado	2011
10	Eq. A CGG	91	Alexandra Pereira	2012
		92	Catarina Barroso	2011
		93	Maria Marques	2014
		94	Martina Gomes	2015
		95	Rafaela Pires	2013
11	EGGaia	96	Matilde Pinto	2013
	Eq. EGGaia	97	Franciszka Gonçalves	2012
		98	Isadora Rocha	2011
		99	Carolina Pinto	2013
		100	Sofia Amorim	2012
		101	Sofia Rodrigues	2012
12	Eq. A SpCP	102	Ema Oliveira	2011
		103	Mafalda Freire	2012
		104	Maria Torres	2011
		105	Matilde Roda	2011
		106	Vitória Vilas Boas	2013



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

Membro do:

Comité Olímpico de Portugal (COP) e Comité Paralímpico de Portugal (CPP)



AQUECIMENTO & COMPETIÇÃO

Aparelhos e horários	ST	PA	TR	SO
1ª rot. 14:45	9 Eq. GCM; Eq. A GCP	10 Eq. A CGG	11 96; Eq. EGGaia	12 Eq. A SpCP
2ª rot. 15:13	12 Eq. A SpCP	9 Eq. GCM; Eq. A GCP	10 Eq. A CGG	11 96; Eq. EGGaia
3ª rot. 15:41	11 96; Eq. EGGaia	12 Eq. A SpCP	9 Eq. GCM; Eq. A GCP	10 Eq. A CGG
4ª rot. 16:09	10 Eq. A CGG	11 96; Eq. EGGaia	12 Eq. A SpCP	9 Eq. GCM; Eq. A GCP

- ✓ Às 11h17 termina o período de aquecimento geral para a início da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ As ginastas têm 10 minutos de aquecimento nos aparelhos antes do início de cada rotação.

