

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 0160/2022	Lisboa, 27 de junho de 2022
DISTRIBUIÇÃO: AT's, CA e Clubes de GAF	
ASSUNTO: Ginástica Artística Feminina: Campeonato Nacional Base	

Exmos. Senhores,

Por este meio e a esta data se enviam as devidas informações referentes à realização do Campeonato Nacional Base de Ginástica Artística Feminina (GAF) 9 e 10 de julho.

Local: Complexo Municipal de Ginástica da Maia
Avenida Altino Coelho
4470-334 Maia

Dia 9 de julho

Escalão: Seniores (Anexo 1)
1ª Subdivisão
Abertura do Recinto: 9h05 (Aquecimento geral até às 9h25)
Início da Competição: 9h30
2ª Subdivisão
Abertura do Recinto: 10h45 (Aquecimento geral até às 11h05)
Início da Competição: 11h10
Cerimónia protocolar: 13h00 (previsão)

Escalão: Iniciadas (Anexo 2)
1ª Subdivisão
Abertura do Recinto: 14h15 (Aquecimento geral até às 14h35)
Início da Competição: 14h40
2ª Subdivisão
Abertura do Recinto: 15h30 (Aquecimento geral até às 15h50)
Início da Competição: 15h55
3ª Subdivisão
Abertura do Recinto: 17h45 (Aquecimento geral até às 18h05)
Início da Competição: 18h10
Cerimónia protocolar: 19h45 (previsão)



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)



Dia 10 de julho

Escalão: Júniores (Anexo 3)

1ª Subdivisão

Abertura do Recinto: 9h05 (Aquecimento geral até às 9h25)

Início da Competição: 9h30

2ª Subdivisão

Abertura do Recinto: 10h45 (Aquecimento geral até às 11h05)

Início da Competição: 11h10

Cerimónia protocolar: 13h00 (previsão)

Escalão: Juvenis (Anexo 3)

1ª Subdivisão

Abertura do Recinto: 14h15 (Aquecimento geral até às 14h35)

Início da Competição: 14h40

2ª Subdivisão

Abertura do Recinto: 15h30 (Aquecimento geral até às 15h50)

Início da Competição: 15h55

3ª Subdivisão

Abertura do Recinto: 17h25 (Aquecimento geral até às 17h45)

Início da Competição: 17h50

Cerimónia protocolar: 19h30 (previsão)

Direção Executiva:

André Nogueira

Direção Técnica:

A definir

Júri de apelo:

Artur Romão | Vice-Presidente FGP

Ana Lopes | Membro do CA

INFORMAÇÕES

1. Controlo de acessos:

Só as pessoas devidamente acreditadas/inscritas 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 ter um(a) treinador(a) a acompanhar. Não será permitido mais do que dois(duas) treinadores(as) por cada equipa e/ou grupo dentro de cada competição.



Estrada da Luz n.º 30 A . 1600-159 Lisboa . Portugal . Telf: +351 21 814 11 45 . Fax: +351 21 814 29 50

Contribuinte Fiscal N.º 501 381 074 . E-mail: federacao@ginastica.org . www.ginastica.org

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. Participação em competição

- As ginastas terão um período de aquecimento geral de 20' num praticável (rolos) fora da zona de competição ou no praticável de competição caso não esteja a ser utilizado;
- 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.
- As ginastas terão 6' de aquecimento em cada aparelho, dando-se início à competição logo de seguida.

3. Treinos oficiais:

- Não é possível a realização de treinos no dia anterior.

4. Os grupos poderão sofrer alterações, devido a possíveis desistências de ginastas.

5. Informação dos graus:

Os clubes devem informar quais os graus que as ginastas vão realizar, preenchendo a ficha inscrição (anexa). Informação a ser enviada até ao dia 6 de julho (4ª-feira) para andre.nogueira@ginastica.org

6. Músicas:

As músicas têm de ser enviadas por wetransfer até ao dia 6 de julho (4ª-feira), para andre.nogueira@ginastica.org.

As músicas devem estar devidamente identificadas com o número de dorsal, escalão, a sigla do clube o nome da ginasta.

7. Cerimónias protocolares:

- As cerimónias protocolares realizam-se com o fato de treino do clube;
- Serão entregues os prémios por equipas, classificação geral e aparelhos, em todos os escalões.

8. Público:

- Os bilhetes apenas podem ser adquiridos via online, através do site <https://www.bol.pt/>, tendo um custo de 3€ por sessão (manhã e tarde) ou 5€ por dia. São consideradas para este evento 4 sessões.



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)



9. Clubes Participantes (#26):

A4 – CLUBE A4
ACM – Acro Clube da Maia
AGJD – Associação de Ginástica Júlio Dinis
AGLo – Academia de Ginástica de Lousada
BFC – Boavista Futebol Clube
CATGYM – Associação CatGYM- Escola de Ginástica
CARTY – Clube Artigym
CBP – CBP2012 - Basquetebol Clube de Penafiel
CDAQ – Clube Desportivo Antero de Quental
CDN – Clube Desportivo Nacional
CGE – Associação Clube de Ginástica de Évora
CGF – ACROBATIKDAYS - Clube Ginástica de Fátima
CGG – Clube de Ginástica de Guimarães
CJOB – Clube de Ginástica de Oliveira do Bairro
CGTN – Clube de Ginástica de Torres Novas
CLAC – Clube de Lazer, Aventura e Competição
CNA – Clube Náutico de Abrantes
EGG – Escola de Ginástica de Gaia - CRL
EGYM – Évora Ginásio Clube
FCG – Futebol Clube de Gaia
GCM – Ginásio Clube da Maia
GCP – Ginásio Clube Português
GDAZ – Grupo Desportivo de Azambuja
LGC – Lisboa Ginásio Clube
SpCP – Sport Club do Porto
UDRZA – União Desportiva Recreativa Zona Alta
VDA – Villa Desportiva do Ave, CRL

Sem outro assunto de momento, apresentamos os nossos melhores cumprimentos e subscrevemo-nos,

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

SENIORES

9h55 – 10h20 – 12h50

Grupo	Clube	Dorsal	Nome	ST	PA	TR	SO
A	ACM	210	Rafaela Barbosa				
		211	Fabiana Andrade				
	BFC	212	Bárbara Castanho	4	7	3	4
		213	Ana Santos	3	7	2	4
	CBP	215	Verónica Dulina	3	4	2	1
B	CARTY (Eq.)	216	Rita Sameiro				
		217	Ana Ribeiro				
		218	Ana Costa				
		219	Beatriz Ribeiro				
	SpCP	220	Alexandra Samchkuashvili				
C	CGG	222	Matilde Marques				
		223	Maria Pinto				
	VDA	224	Mariana Aleixo	1	9	8	2
		225	Mariana Ferreira	4	9	8	4
		226	Bruna Moreira	1	9	8	4
D	CGOB	227	Ana Almeida				
	CDAQ (Eq.)	228	Ema Taveira				
		229	Diana Gamboa				
		230	Rita Cardoso				
	GCM	231	Carolina Oliveira				
232		Francisca Pereira					



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)



Grupo	Clube	Dorsal	Nome	ST	PA	TR	SO
E	CDN	233	Constança Caetano	2	4	3	2
	CNA (Eq.)	234	Maria Baptista				
		235	Joana Nogueira				
		236	Lígia Nogueira				
		237	Beatriz Mendes				
		238	Flor Cruz				
F	EGYM	239	Beatriz Espada				
	GCP	240	Marta Mestre	1	7	2	1
		241	Sara Aguilar	4	4	2	2
		242	Ana Rita Afonso	4	7	3	3
		243	M ^a Teresa Neves	2	5	3	4
UDRZA	244	Maria Faria					
G	AGLo	245	Carolina Cunha				
	LGC (Eq.)	246	Nádia Frutuoso				
		247	Joana Contige				
		248	M ^a Matilde Casanova				
		249	Beatriz António				
250	Sarah Oliveira						
H	CGF	251	Matilde Rodrigues	4	4	2	2
		252	Eva Vieira	3	7	2	2
	CATGYM	253	Filipa Santos				
		254	Maria Machado				
	GDAZ	255	Constança Alexandre				
		256	Ana Grosso				



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
9:30	A	B	C	D
9:55	D	A	B	C
10:20	C	D	A	B
10:45	B	C	D	A
11:10	E	F	G	H
11:35	H	E	F	G
12:00	G	H	E	F
12:25	F	G	H	E

- ✓ Às 9h25 termina o período de aquecimento geral, da 1ª subdivisão, para desfile das ginastas e início da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ Às 11h05 termina o período de aquecimento geral, da 2ª subdivisão, para a início da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ A competição da GAF terá início às 9h30, com os grupos A a D, na 5ª rotação entram em competições os grupos E a H. As ginastas entram para a competição no momento da transição de aparelho na competição da GAF.
- ✓ A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, podendo existir ajustamentos da ordem por conveniência logística, devidamente combinados com o Juiz do aparelho.
- ✓ As ginastas têm 6 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

INICIADAS

14h15 – 14H40– 19h45

Grupo	Clube	Dorsal	Nome	ST	PA	TR	SO
A	BFC (Eq.)	1	Eva Fraga	4	7	3	4
		2	Maria Abreu	2	7	1	1
		3	Teresa Cunha	3	7	3	3
		4	Alice Telinhos	3	7	3	3
		5	Maria Monteiro	2	7	3	3
	BFC	6	Sara Costa	3	7	7	4
		7	Laura Neto	4	7	3	4
B	CGOB (Eq.)	8	Mélanie Malta				
		9	Margarida Dias				
		10	Margarida Santos				
		11	Lara Silva				
		12	Lara Semedo				
CDN	13	Gabriela Andrade	3	7	3	2	
C	CATGYM	14	Matilde Oliveira				
	CBP (Eq.)	15	Joana Câmara	3	4	3	3
		16	Maria Ferreira	8	4	2	2
		17	Mariana Monteiro	4	7	7	4
		18	Clara Pacheco	9	7	8	8
		19	Maria Leal	3	4	2	3
CLAC	20	Alice Malagueiro					
D	CDAQ	21	Isabel Monteiro				
		22	Madalena Borges				
		23	Sofia Carreiro				
	EGYM (Eq.)	24	Beatriz Duarte				
		25	Maria Carvalho				
		26	Lara Casquinha				
		27	Margarida Borges				
		52	Madalena Castanho				



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)



Grupo	Clube	Dorsal	Nome	ST	PA	TR	SO
E	FCG (Eq.)	28	Inês Costa	3	4	2	4
		29	Ana Freitas	3	4	2	2
		30	Sofia Rêgo	3	4	2	4
		31	Carlota Queirós	8	7	3	4
		32	Madalena Gouveia	4	7	3	4
	FCG	33	Bruna Correia	8	7	3	4
		34	Sofia Cardoso	3	4	2	2
F	CGG (Eq.)	35	Catarina Barroso				
		36	Ana Martins				
		37	Lara Martins				
		38	Maria Pereira				
		39	Carolina Teixeira				
	CGG	40	Laís Pereira				
		41	Inês Gonçalves				
G	A4	42	Carolina Gaspar				
		43	Carolina Moura				
	EGG (Eq.)	44	Ema Cerqueira				
		45	Márcia Mota				
		46	Francisca Magalhães				
		47	Sofia				
		48	Maria				
H	SpCP (Eq.)	49	Maria Fernandes				
		50	Alice Guedes				
		51	Carlota Gonçalves				
		53	Inês Lima				
		54	Sophia Hayre				



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)



Grupo	Clube	Dorsal	Nome	ST	PA	TR	SO
I	ACM	55	Maria Lopes				
	CGF	56	Teresa Silva	3	2	2	2
		57	Eva Oliveira	3	4	2	3
		58	Matilde Cristina	4	4	2	3
		59	Soraia Oliveira	10	7	7	9
		60	Camila Reis	10	7	7	9
J	CARTY	61	Yoline Karst				
		62	Maria Santos				
		63	Ana Fernandes				
		64	Maria Pimentel				
		65	Eva Sousa				
J	GCP	66	Mafalda Barata	4	7	3	3
	GCP (Eq.)	67	Filipa Parente	4	7	2	3
		68	Carolina Adrega	2	4	2	3
		69	Mariana Machado	1	4	2	2
		70	Teresa Araújo	2	7	2	4
		71	Mailie Gomes	2	4	3	2
L	LGC (Eq.)	72	Júlia Moleiro				
		73	Maria Almeida				
		74	Damiana Atnasheva				
		75	Inês Oliveira				
		76	Sahra Lona				
	UDRZA	77	Dalila Pedro				
		78	Inês Passos				



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
14:40	A	B	C	D
15:05	D	A	B	C
15:30	C	D	A	B
15:55	B	C	D	A
16:20	E	F	G	H
16:45	H	E	F	G
17:10	G	H	E	F
17:35	F	G	H	E
PAUSA				
18:10	I	J	K	L
18:35	L	I	J	K
19:00	K	L	I	J
19:25	J	K	L	I

- ✓ Às 14h35 termina o período de aquecimento geral, da 1ª subdivisão, para desfile das ginastas e início da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ Às 16h15 termina o período de aquecimento geral, da 2ª subdivisão, para início da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ A competição da GAF terá início às 14h40, com os grupos A a D, na 5ª rotação entram em competição os grupos E a H. As ginastas entram para a competição no momento da transição de aparelho na competição da GAF.
- ✓ Às 18h05 termina o período de aquecimento geral, da 3ª subdivisão, para início da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, podendo existir ajustamentos da ordem por conveniência logística, devidamente combinados com o Juiz do aparelho.
- ✓ As ginastas têm 6 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 3

JUNIORES

9h55 – 10h20 – 12h50

Grupo	Clube	Dorsal	Nome	ST	PA	TR	SO
A	AGJD	79	Lurdes Silva				
	CBP (Eq.)	80	Eduarda Costa	4	7	7	4
		81	Adriana Guimarães	4	7	3	3
		82	Isabel Avelino	3	7	2	1
		83	Filipa Gonçalves	4	7	7	4
		84	Ana Artilheiro	4	7	3	4
	CARTY	85	Inês Lopes				
	GCM	86	Francisca Viegas				
B	CDAQ	87	Júlia Barbosa				
		88	Adriana Trabuco				
	CDN (Eq.)	89	Vera Abreu	2	7	3	2
		90	Maria Aguiar	2	4	3	2
		91	Ana Vieira	2	7	4	4
		92	Camila Caetano	2	7	3	3
	93	Branca Aguiar	2	7	2	2	
C	FCG (Eq.)	94	Beatriz Pina	2	7	3	4
		95	Leonor Teixeira	1	4	3	1
		96	Matilde Mendes	11	4	3	4
		97	Rita Almeida	2	4	2	1
	LGC	98	Maria Vicente				
		99	Maria Ferreira				
	100	Inês Nobre					
D	CGF	101	Bia Simões	3	2	2	2
		102	Ana Silva	3	4	2	1
		103	Sofia Simões	2	2	2	2
	SpCP (Eq.)	104	Helena Martins				
		105	Maria Fráguas				
		106	Rita Silva				
		107	Mariana Coutinho				
	258	Carolina Ferreira					



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)



Grupo	Clube	Dorsal	Nome	ST	PA	TR	SO
E	EGYM	108	Rita Sousa				
	GDAZ	109	Joana Jerónimo				
	UDRZA (Eq.)	110	Leonor Brites				
		111	Rita Zeferino				
		112	Maria Carmo				
		113	Riana Grecu				
	114	Maria Lima					
F	CATGYM (Eq.)	115	Ariane Lemos				
		116	Leonor Mamede				
		117	Carlota Cação				
		118	Raquel Santos				
	A4 (Eq.)	119	Mariana Santos				
		120	Camilla Melo				
		121	Matilde Sousa				
	122	Raquel Silva					
G	CGOB	123	Margarida Santos				
		124	Carolina Pacheco				
	CGG (Eq.)	125	Leonor Pereira				
		126	Leonor Silva				
		127	Joana Couto				
		128	Margarida Leitão				
	129	Mariana Postiga					
CGE	130	Érica Mira					
H	CLAC	131	Margarida Barral				
		132	Maria Costa				
	GCP (Eq.)	133	M ^a Leonor Gonçalves				
		134	Ana Carolina Santos				
		135	M ^a Francisca Leal				
		136	Mafalda Ferreira				
	257	Leonor Matos					



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
9:30	A	B	C	D
9:55	D	A	B	C
10:20	C	D	A	B
10:45	B	C	D	A
11:10	E	F	G	H
11:35	H	E	F	G
12:00	G	H	E	F
12:25	F	G	H	E

- ✓ Às 9h25 termina o período de aquecimento geral, da 1ª subdivisão, para desfile das ginastas e início da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ Às 11h05 termina o período de aquecimento geral, da 2ª subdivisão, para a início da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ A competição da GAF terá início às 9h30, com os grupos A a D, na 5ª rotação entram em competição os grupos E a H. As ginastas entram para a competição no momento da transição de aparelho na competição da GAF.
- ✓ A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, podendo existir ajustamentos da ordem por conveniência logística, devidamente combinados com o Juiz do aparelho.
- ✓ As ginastas têm 6 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

JUVENIS

14h15 – 14H40– 19h45

Grupo	Clube	Dorsal	Nome	ST	PA	TR	SO
A	ACM (Eq.)	137	Beatriz Gonçalves				
		138	Beatriz Capela				
		139	Laura Santos				
		140	Maria Pinto				
		141	Sophia Campos				
	ACM	142	Rafaela Santos				
B	BFC (Eq.)	143	Joana Azevedo				
		144	Raquel Carvalho				
		145	Hada Mota				
		146	Benedita Figueira				
		147	Ana Garcia				
	CBP	148	Joana Costa	3	7	7	4
C	CARTY (Eq.)	149	Margarida Santos				
		150	Maria Matias				
		151	Lara Pereira				
		152	Dara Ribeiro				
		153	Joana Machado				
	CARTY	154	Maria Dias				
D	CJOB (Eq.)	155	Francisca Ferreira				
		156	Bárbara Ferreira				
		157	Bárbara Bartolomeu				
		158	Matilde Mónica				
		159	Marta Marques				
	CDAQ	160	Raquel Cardoso				
		161	Nicole Pastor				



Estrada da Luz n.º 30 A . 1600-159 Lisboa . Portugal . Telf: +351 21 814 11 45 . Fax: +351 21 814 29 50

Contribuinte Fiscal N.º 501 381 074 . E-mail: federacao@ginastica.org . www.ginastica.org

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)



Grupo	Clube	Dorsal	Nome	ST	PA	TR	SO
E	EGG (Eq.)	162	Margarida Domingues				
		163	Maria Monteiro				
		164	Beatriz Gomes				
		165	Alessia Marchiol				
		166	Leonor Teixeira				
	EGG	167	Rita Martins				
F	CDN	168	Valerie Nóbrega	4	7	3	2
	CNA (Eq.)	169	Diana Gil				
		170	Mariana Alves				
		171	Maria Chaves				
		172	Joana Silva				
		173	Lara Frias				
G	FCG (Eq.)	174	Ana Pina	2	5	3	4
		175	Laura Costa	2	5	3	4
		176	Diana Semblano	3	4	2	4
		177	Leonor Amadeu	3	5	3	4
		178	Nicole Ribeiro	3	5	3	4
	FCG	179	Diana Guedes	2	7	3	4
H	CATGYM	180	Salomé Lemos				
		181	Maria Silva				
		182	Sofia Aguiar				
	GCP (Eq.)	183	Marta Videira				
		184	Beatriz Santos				
		185	Maria Kachimbali				
		186	Maria Santos				
		187	Laura Faria				



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)



Grupo	Clube	Dorsal	Nome	ST	PA	TR	SO
I	CLAC (Eq.)	188	Carlota Duque				
		189	Francisca Duque				
		190	Maria Moreira				
		191	Matilde Galvão				
		192	Matilde Nazário				
	A4	193	Sofia Justo				
J	EGYM (Eq.)	194	Iara Casquinha				
		195	Maria Murteira				
		196	Lara Gervásio				
		197	Maria Carvalho				
		258	Beatriz Santos				
K	GDAZ	198	Sara Guerra				
		199	Maria Fonseca				
		200	Alice Matos				
	UDRZA (Eq.)	201	Beatriz Calado				
		202	Maria Gameiro				
		203	Kayla Rosa				
		204	Matilde Lopes				
L	CGG (Eq.)	205	Clara Carvalho				
		206	Ariana Gonçalves				
		207	Lia Oliveira				
		208	Débora Pires				
		209	Inês Mouga				



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
14:40	A	B	C	D
15:05	D	A	B	C
15:30	C	D	A	B
15:55	B	C	D	A
16:20	E	F	G	H
16:45	H	E	F	G
17:10	G	H	E	F
17:35	F	G	H	E
PAUSA				
18:10	I	J	K	L
18:35	L	I	J	K
19:00	K	L	I	J
19:25	J	K	L	I

- ✓ Às 14h35 termina o período de aquecimento geral, da 1ª subdivisão, para desfile das ginastas e início da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ Às 16h15 termina o período de aquecimento geral, da 2ª subdivisão, para início da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ A competição da GAF terá início às 14h40, com os grupos A a D, na 5ª rotação entram em competição os grupos E a H. As ginastas entram para a competição no momento da transição de aparelho na competição da GAF.
- ✓ Às 18h05 termina o período de aquecimento geral, da 3ª subdivisão, para início da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, podendo existir ajustamentos da ordem por conveniência logística, devidamente combinados com o Juiz do aparelho.
- ✓ As ginastas têm 6 minutos de aquecimento nos aparelhos antes do início de cada rotação.

