

# Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950



Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), European Gymnastics, União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

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

CIRCULAR N.º 0046/2025	Lisboa, 4 de abril de 2025
DISTRIBUIÇÃO: ATs, CA e Clubes de GAM	
ASSUNTO: Ginástica Artística Masculina: Campeonatos Nacionais 1ª divisão e Elites	

Exmos. Senhores,

Por este meio e a esta data se enviam as devidas informações referentes à realização dos Campeonatos Nacionais da 1ª divisão e Elites de Ginástica Artística Masculina (GAM) a realizar nos dias 25 e 26 de abril de 2025.

Local: Complexo Desportivo Municipal do Casal Vistoso  
R. João da Silva, 20  
1900-271 Lisboa

Dia 25 de abril Escalões: Juniores e Seniores (Anexo 1)  
Abertura do Recinto: 16h30 – aquecimento geral em sala anexa  
Início da Competição: 18h00  
Cerimónia protocolar: 21h00 (previsão)

Dia 26 de abril Escalões: Iniciados e Juvenis (Anexo 2)  
Abertura do Recinto: 9h00  
Início da Competição: 9h30  
Cerimónia protocolar: 12h30 (previsão)

Finais para Juniores Elite e Seniores Elite (Anexo 3)  
Abertura do Recinto: 13h15 – aquecimento geral 15' em sala anexa  
Início da Competição: 14h15  
Cerimónia protocolar: 16h30 (previsão)

Direção da competição: Direção Executiva | André Nogueira  
Direção Técnica | *A indicar*

Júri de apelo: *A indicar* | Direção FGP  
*A indicar* | Membro do CA



# Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950



Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), European Gymnastics, União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

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/inscritas têm acesso ao recinto da competição:

- A presença na competição só é autorizada a ginastas, treinadores, juízes, 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 e/ou grupo dentro de cada competição.
- Todos os ginastas devem ser portadores do cartão do cidadão.
- Informa-se os participantes que haverá controlo de dopagem, a 3 ginastas a definir.

### 2. Modelo de competição:

Nos escalões de iniciados, juvenis, e nas finais de aparelhos de juniores Elite e seniores Elite a competição seguirá um modelo de aquecimento/competição seguidos

- Há um período de aquecimento geral;
- 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 aquecimento específico em cada aparelho, dando-se início à competição logo de seguida.

No escalão de juniores e seniores a competição seguirá um modelo com aquecimento de 1h30 seguindo posteriormente a competição

- O aquecimento geral inicia-se numa sala anexa, passando-se para um aquecimento específico nos aparelhos em seguida;
- Após o aquecimento 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.



# Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950



Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), European Gymnastics, União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

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

### 3. Finais de aparelhos

- De acordo com o manual técnico, neste evento realizam-se finais por aparelho, no 2º dia de competição, para os ginastas Juniores Elite e Seniores Elite.
- Apuram-se para estas finais os 5 melhores ginastas. Caso não existam no mínimo 2 ginastas, a final desse aparelho não se realiza e o prémio é atribuído no dia anterior.
- A ordem de passagem na final é inversa à qualificação, ou seja, o 1º nas qualificações será o último a competir na final.
- Os títulos nacionais por aparelhos são entregues após esta competição.

### 4. Colchões de segurança:

5. Para além do definido no manual técnico, para todos os escalões é permitida a utilização na barra-fixa (para apoio em queda de despegues), devendo o mesmo ser retirado para a saída.

### 6. Treinos oficiais:

- É possível a realização de treinos no dia anterior, 24 de abril (entre as 11h00 e as 20h00). Os mesmos estarão condicionados ao número de ginastas a participar. Solicitação de treinos deve ser enviada até ao dia 11 de abril, com informação 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.

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

### 8. Ordem das equipas:

- Deve ser preenchido e enviado o ficheiro (ver pasta partilhada) até ao dia 21/04/2025 (2ª-feira), enviadas por via eletrónica para [andre.nogueira@ginastica.org](mailto: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.



# Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950



Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), European Gymnastics, União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

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

## 10. Cerimónias protocolares:

- As cerimónias protocolares realizam-se com o **fato de treino** do clube (casaco e calças; leggings/calções e t-shirt/sweat-shirt não são permitidos), não havendo lugar à apresentação de estandartes;
- Serão entregues os prémios por equipas, classificação geral e aparelhos, em todos os escalões.
- Apenas participam as ginastas/equipas medalhadas;
- Deve ser tido em consideração o disposto no artigo 30º, direito de participação em competições e eventos organizados em território nacional (ginastas estrangeiros), do Regulamento Geral e de Competições.
- A presença nas cerimónias é obrigatória. A ausência implica desclassificação.

## 11. Espetadores:

- A venda de bilhetes é feita através da bilheteira online, não existindo venda direta ao público (nem no dia da competição) - <https://www.bol.pt/>
- O evento pode também ser acompanhado em direto, no *livestreaming* da Ginástica TV: <https://www.ginastica.tv/>.

## 12. Clubes Participantes (#7):

CGTN	CGTN - Clube de Ginástica de Torres Novas
CGA	Clube de Ginástica de Almada
GCM	Ginásio Clube da Maia
GCP	Ginásio Clube Português
CGG	GUIMAGYM-Clube de Ginástica de Guimarães
LGC	Lisboa Ginásio Clube
SpCP	Sport Club do Porto

Atentamente,

A Vice-Presidente 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), European Gymnastics, União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISPT) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

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

## ANEXO 1

Campeonato Nacional 1ª divisão (Juniões – 1 e 2 / Seniores – 3 e 4)

16h30 – 18h00 – 20h50

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN
1	Eq. CGA	1	Luka Santos	2008
		2	Francisco Faustino*	2008
		3	Diogo Dionísio*	2009
		4	Bernardo Silva*	2009
		5	Afonso Jacinto	2008
	CGG	6	Tiago Barros*	2009
		7	Arthur Megda	2007
2	Eq. GCP	8	Vasco Pelágio	2008
		9	Lucas Drago	2008
		10	Gonçalo Correia	2008
		11	Francisco Brás*	2007
	Eq. SpCP	12	Pedro Leão	2007
		13	José Reis*	2008
		14	Gustavo Teixeira	2007
15	Diogo Oliveira*	2007		
3	Eq. GCP	16	Marcelo Marques*	2001
		17	Manuel Santos*	2006
		18	Francisco Martins*	2005
		19	Filipe Almeida*	2002
		20	Diogo Ramos*	2003
	Eq. SpCP	21	José Nogueira*	2002
		22	Guilherme Campos*	2000
		23	Gaspar Ribeiro	2006
24	Francisco Bateira	2006		
4	Eq. LGC	25	Tiago Lopes	2004
		26	Pedro Pereira*	2004
		27	Luís Léchaud*	2004
		28	Hugo Barreiros	2004
		29	Bernardo Almeida*	1996
	GCM	30	Tomás Martins	2005
	CGG	31	Hugo Mendes*	2005

\*ginastas Elite



# Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), European Gymnastics, União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISPT) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

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



## AQUECIMENTO

Aparelhos e horários	S.	CA.	A.	ST.	P.	B.
16:55		1	2	3	4	
17:05			1	2	3	4
17:15	4			1	2	3
17:25	3	4			1	2
17:35	2	3	4			1
17:45	1	2	3	4		

- ✓ Às 17h55 termina o período de aquecimento para a organização do desfile que segue diretamente para os aparelhos

## COMPETIÇÃO

Aparelhos	SO	CA	ARG	ST	PS	BF
18:00	1 (Eq. CGA; 6, 7)	2 (Eq. GCP; Eq. SpCP)	3 (Eq. GCP; Eq. SpCP)	4 (Eq. LGC; 31)		
18:25		1 (Eq. CGA; 6, 7)	2 (Eq. GCP; Eq. SpCP)	3 (Eq. GCP; Eq. SpCP)	4 (Eq. LGC; 31)	
18:50			1 (Eq. CGA; 6, 7)	2 (Eq. GCP; Eq. SpCP)	3 (Eq. GCP; Eq. SpCP)	4 (Eq. LGC; 31)
19:15	4 (Eq. LGC; 31)			1 (Eq. CGA; 6, 7)	2 (Eq. GCP; Eq. SpCP)	3 (Eq. GCP; Eq. SpCP)
19:40	3 (Eq. GCP; Eq. SpCP)	4 (Eq. LGC; 30, 31)			1 (Eq. CGA; 6, 7)	2 (Eq. GCP; Eq. SpCP)
20:05	2 (Eq. GCP; Eq. SpCP)	3 (Eq. GCP; Eq. SpCP)	4 (Eq. LGC; 31)			1 (Eq. CGA; 6, 7)



# Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), European Gymnastics, União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

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



## ANEXO 2

Campeonato Nacional 1ª divisão (Iniciados – 1 / Juvenis – 2 a 4)

9h00 – 9h30 – 12h30

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN
5	CGA	32	Luis Nogueira	2013
		33	Eduardo Costa	2013
	GCP	34	Gonçalo Videira	2013
	SpCP	35	Gustavo Dias	2013
6	Eq. CGA	36	Lucas Ramos	2012
		37	Illia Yarusko	2011
		38	André Prego	2010
	Eq. GCM	39	Vasco Polonia	2011
		40	Miguel Noevo	2010
7	Eq. GCP	41	Guilherme Gomes	2010
		42	João Freitas	2011
		43	João Belém	2010
		44	Gustavo Correia	2012
		45	Francisco Antunes	2012
	46	Francisco Loureiro	2010	
GCP	47	Francisco Morgado	2010	
CGTN	48	Rodrigo Martins	2012	
8	Eq. SpCP	49	Mario Lemos	2011
		50	Simão Sousa	2012
		51	Salvador Ferreira	2010
		52	Pedro Gomes	2012
		53	Martim Lima	2010
	SpCP	54	Tomás Marvão	2012
	LGC	55	Vasco Santo	2011
		56	Valeriy Zagurskiy	2011



# Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), European Gymnastics, União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

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



## AQUECIMENTO & COMPETIÇÃO

Aparelhos / horários	SO	CA	ARG	ST	PS	BF
09:30	5 (32, 33, 34, 35)	6 (Eq. CGA; Eq.GCM)	7 (Eq. GCP; 48)	8 (Eq. SpCP; 54, 55, 56)		
10:00		5 (33, 34, 35, 32)	6 (Eq. CGA; Eq.GCM)	7 (Eq. GCP; 48)	8 (Eq. SpCP; 55, 56, 54)	
10:30			5 (34, 35, 32, 33)	6 (Eq. CGA; Eq.GCM)	7 (Eq. GCP; 48)	8 (Eq. SpCP; 56, 54, 55)
11:00	8 (Eq. SpCP; 54, 55, 56)			5 (35, 32, 33, 34)	6 (Eq. CGA; Eq.GCM)	7 (Eq. GCP; 48)
11:30	7 (Eq. GCP; 48)	8 (Eq. SpCP; 55, 56, 54)			5 (32, 33, 34, 35)	6 (Eq. CGA; Eq.GCM)
12:00	6 (Eq. CGA; Eq.GCM)	7 (Eq. GCP; 48)	8 (Eq. SpCP; 56, 54, 55)			5 (33, 34, 35, 32)

- ✓ Às 9h25 termina o período de aquecimento geral, para desfile das ginastas e início da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ 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), European Gymnastics, União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG), na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

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



## ANEXO 3

Finais por aparelhos (Juniões Elite e Seniores Elite)

13h15 – 14h15 – 16h00

### COMPETIÇÃO

Aparelhos e horários	SO	CA	ARG	ST	PS	BF
14:15	Jun El.	Sen El.				
14:40		Jun El.	Sen El.			
15:05			Jun El.	Sen El.		
15:30				Jun El.	Sen El.	
15:55					Jun El.	Sen El.
16:20	Sen El.					Jun El.

- ✓ Às 13h15 inicia-se um período de 15' para aquecimento geral, no ginásio anexo;
- ✓ Às 13h30 as ginastas têm 35' de aquecimento nos aparelhos, podendo escolher aqueles em que pretendem aquecer, em função das qualificações para a final;
- ✓ Às 14h15 iniciam-se as finais com desfile das ginastas para o 1º aparelho, onde alinham em frente às juizes;
- ✓ Os ginastas têm 6 minutos de aquecimento nos aparelhos antes do início de cada rotação.

