

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 Nº 0077/2024

Lisboa, 14 de maio de 2024

DISTRIBUIÇÃO: AT's, CA e Clubes de GAF

ASSUNTO: Ginástica Artística Feminina – Memorial Guilherme Gonçalves

Exmos. Senhores,

Por este meio e a esta data se enviam as devidas informações referentes à realização do Memorial Guilherme Gonçalves – Encontro Nacional de Benjamins e Infantis, de Ginástica Artística Feminina, a realizar nos dias 1 e 2 de junho.



Local:

Complexo Municipal dos Desportos da Cidade de Almada
Alameda de Guerra Junqueiro 35, 2810-075 Almada

Dia 1 de junho

Benjamins e Infantis #1 (Anexo 1)

Abertura do Recinto: 14h15 – aquecimento geral em sala no piso 1

Início da Competição: 14h40

Benjamins e Infantis #2 (Anexo 2)

Abertura do Recinto: 16h00 – aquecimento geral em sala no piso 1

Início da Competição: 16h25

Benjamins e Infantis #3 (Anexo 3)

Abertura do Recinto: 17h45 – aquecimento geral em sala no piso 1

Início da Competição: 18h10



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)

Dia 2 de junho

Benjamins e Infantis #4 (Anexo 4)

Abertura do Recinto: 9h15 – aquecimento geral em sala no piso 1

Início da Competição: 9h40

Benjamins e Infantis #5 (Anexo 5)

Abertura do Recinto: 11h00 – aquecimento geral em sala no piso 1

Início da Competição: 11h25

Infantis #6 (Anexo 6)

Abertura do Recinto: 14h00 – aquecimento geral em sala no piso 1

Início da Competição: 14h25

Infantis #7 (Anexo 7)

Abertura do Recinto: 15h45 – aquecimento geral em sala no piso 1

Início da Competição: 16h10

Direção da competição: Direção Executiva | André Nogueira

Direção Técnica | Ana Rita Figueiredo

Júri de apelo:

A definir | Vice-Presidente FGP

A definir | Membro do CA

INFORMAÇÕES:

1. 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 uma 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.



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)

2. Organização da competição

- As ginastas só poderão entrar no recinto, para iniciar o aquecimento, 10' antes da hora indicada;
- As ginastas terão um período de aquecimento geral de 20' num ginásio localizado no piso 1 do pavilhão;
- Após o aquecimento geral os ginastas seguem diretamente para o seu aparelho.
- Em cada rotação as ginastas alinham à frente dos juízes, antes de se dar início ao aquecimento específico.
- As ginastas terão 5' 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. Músicas:

As músicas têm de ser enviadas por wetransfer até ao dia 28/05, 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.

Devem ser enviadas as músicas de todas as ginastas, independentemente do grau em que competem

6. 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 28/05 (3ª-feira) para andre.nogueira@ginastica.org

7. Equipamento de competição

- As ginastas infantis têm de se apresentar em competição com maillot.
- Às ginastas benjamins é permitida a utilização de calções e t-shirt.
- Em ambos os casos o clube deve estar identificado.

8. Cerimónias protocolares:

- No final de cada subdivisão será entregue a todas as ginastas uma medalha de participação. As ginastas concentram-se no praticável, alinhadas por clube, onde é feita a entrega.
- Devido ao facto do evento se realizar em dois dias, a entrega dos trofeus para as equipas será feita à posteriori, sendo enviado para os clubes as respetivas taças.



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)

- Todas as equipas têm de tirar uma fotografia (como fotografo oficial da FGP), no final da sua prestação (ou no final da prestação de todo o clube quando têm ginastas em mais do que uma subdivisão), em local a informar no próprio dia.

9. 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/>
- O evento pode também ser acompanhado em direto, no livestreaming da Ginástica TV: <https://www.ginastica.tv/>

10. Clubes Participantes (#15):

AGT	Associação Gimnochamps de Tavira
ARTI	Clube Artigym
CA4	CLUBE A4
CDAQ	Clube Desportivo Antero de Qental
CDFP	CDFP - Clube Desportivo Foz Porto
CGA	Clube de Ginástica de Almada
CGF	ACROBATIKDAYS - Clube Ginástica de Fátima
CGG	GUIMAGYM-Clube de Ginástica de Guimarães
CGTN	CGTN - Clube de Ginástica de Torres Novas
CLAC	CLAC - Clube de Lazer, Aventura e Competição
EGGaia	Escola de Ginástica de Gaia - CRL
EGYM	Évora Ginásio Clube - EGYM
GCP	Ginásio Clube Português
LGC	Lisboa Ginásio Clube
UDRZA	União Desportiva Recreativa Zona Alta

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

Membro do:

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

ANEXO 1

BENJAMINS & INFANTIS

14h15 – 14H40– 16h15

Benjamins #1

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN
1	CGG	1	Alice Cunha	2017
		2	Nádia Sanches	2017
		3	Caetana Rodrigues	2017
		4	Carminho Galante	2017
		5	Luana Correia	2017
		6	Ana Antunes	2017
2		7	Victória Silva	2017
		8	Matilde Fernandes	2017
		9	Kelly Carvalho	2018
		10	Maria Vieira	2018
		11	Clara Santana	2018
3		EGGaia	12	Leticia Crispim
	13		Sofia Rocha	2017
	14		Mariana Castro	2017
	15		Rosário Pinto	2017
4	16	Naiara Oliveira	2017	
	AGT	17	Lara Fernandes	2015
	EGGaia	18	Gabriela Regado	2017
		19	Francisca Ferraz	2017
		20	Miriam Vilela	2017
		21	Ísis Oliveira	2017
		22	Mayanne Gomes	2017



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)

Infantis #1

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN
1	Arti	120	Júlia Santos	2015
		121	Mia Sierra	2016
		122	Soraya Hassani	2015
		123	Diana Morgado	2016
		124	Mariana Varandas Rodrigues	2016
		125	Maria Eduarda Russo	2016
		126	Carolina Almeida	2015
		127	Maria Miguel Dias	2015
2	CGTN	128	Luísa Galvão	2016
		129	Zodwa Maseko	2015
		130	Zia Silva	2015
		131	Maria Monserrate	2016
		132	Madalena Carvalho	2016
		133	Melissa Leitão	2016
3	CDFP	134	Matilde Azevedo	2016
		135	Francisca Cunha	2016
	CGTN	136	Sofia Silva	2015
		137	Maria Cascão	2015
		138	Marta Valente	2015
		139	Laura Cadete	2015
4	CGG	140	Laura Oliveira	2015
		141	Leonor Santos	2016
		142	Leonor Sousa	2015
		143	Martina Gomes	2015
		144	Eliana Lopes	2015
		145	Luísa Catela	2015
		146	Maria Marques	2016
147	Camila Baptista	2016		
		148	Ana Fernandes	2015
		149	Maria Sousa	2015



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

BENJAMINS & INFANTIS

16h00 – 16H25– 18h00

Benjamins #2

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN
5	Arti	23	Eva Silva	2018
		24	Ariana Cruz	2017
		25	Maria Clara Silva	2017
		26	Alice Santos	2017
		27	Éma Luís	2017
		28	Ellen Pereira	2017
6		29	Benedita Costa	2018
		30	Leonor Bonjardim	2018
		31	Valentina Bozovic	2018
		32	Mariana Carvalho Rodrigues	2018
		33	Alice Ferreira	2018
		34	Beatriz Moreira	2017
7	CGTN	35	Gabriela Ferreira	2018
		36	Alice Ferreira	2017
		37	Camila Carvalho	2017
		38	Vida Correia	2018
		39	Rita Silva	2017
		40	Maria Bento	2018
		41	Vittoria Faroppa	2017
8	CGG	42	Eva Tchikoulaeva	2018
		43	Íris Freitas	2018
		44	Clara Guimarães	2017
		45	Luísa Silva	2018
		46	Matilde Costa	2018
		47	Maria Rodrigues	2018
		48	Carlota Lobo	2018



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)

Infantis #2

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN		
5	CGTN	150	Helena Biléu	2015		
		151	Madalena Campos	2015		
		152	Madalena Sousa	2015		
		153	Madalena Silva	2015		
		154	Maria Sousa	2015		
		155	Rafaela Rita	2015		
6	CGG	156	Maria Galante	2015		
		157	Íris Ribeiro	2016		
		158	Martinha Carvalho	2016		
		159	Ana Bravo	2015		
		160	Carolina Ribeiro	2016		
		161	Beatriz Gonçalves	2016		
		162	Maria Costa	2016		
		7	CGG	163	Maria Cunha	2015
				164	Ema Pereira	2015
				165	Ines Pinto	2016
166	Maria Oliveira			2015		
167	Maria Ribeiro			2016		
168	Francisca Abreu			2016		
169	Clara Ribeiro			2015		
8	CGF	170	Victoria Shyichuk	2015		
		171	Carmo Dinis	2015		
		172	Laura Toporska	2016		
		173	Maria Marto	2016		
		174	Beatriz Pereira	2016		
		175	Leonor Soares	2015		
		176	Margarida Batista	2015		
		177	Maria Kurchuryan	2016		
		178	Helena Castro	2015		
		179	Jessica Santos	2015		



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

BENJAMINS & INFANTIS

17h45 – 18h10– 19h45

Benjamins #3

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN	
9	CGTN	49	Raquel Oliveira	2017	
		50	Beatriz Luz	2018	
		51	Caetana Ferreira	2017	
		52	Maria Luz	2017	
		53	Sara Pereira	2017	
		54	Mafalda Moço	2018	
10		55	Francisca Parreira	2017	
		56	Joana D'Aguiar	2017	
		57	Lara Soares	2018	
		58	Carminho Santos	2018	
		59	Laura Pereira	2017	
		60	Bianca Heleno	2018	
11		CGG	61	Maria Moreira	2017
			62	Francisca Preto	2017
	63		Camila Teles	2017	
	64		Matilde Xavier	2018	
	65		Maria Ferreira	2017	
	66		Maria Vieira	2018	
	67		Maria Costa	2018	
	68		Gabriella Martins	2018	



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)

Infantis #3

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN
9	CGG	180	Maria Pereira	2015
		181	Leonor Oliveira	2015
		182	Carolina Fumega	2015
		183	Maria Carvalho	2015
		184	Diana Ferreira	2015
		185	Letícia Martins	2016
		186	Inês Morgado	2015
10	AGT	187	Carlota Rufino	2015
		188	Briony Navarrete	2015
		189	Matilde Pereira	2015
	EGGaia	190	Maria Trindade	2016
		191	Margarida Santos	2016
		192	Maria Vieira	2016
		193	Mariana Quaresma	2016
11	CGG	194	Nayla Gomes	2016
		195	Constança Vaz	2016
		196	Matilde Esteves	2016
		197	Mariana Mendes	2016
		198	Helena Marinho	2016
		199	Maria Abreu	2016
		200	Matilde Costa	2016
12	EGGaia	201	Rita Cunha	2016
		202	Luísa Domingues	2015
		203	Lia Soares	2015
		204	Helena Fonseca	2015
		205	Francisca Branco	2016
		206	Leonor Pereira	2016
		207	Isabella Araújo	2016



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 (Anexos 1 a 3)

Aparelhos e horários	ST	PA	TRA	SO
<u>14:40</u>	1	2	3	4
15:05	4	1	2	3
15:30	3	4	1	2
15:55	2	3	4	1
<u>16:25</u>	5	6	7	8
16:50	8	5	6	7
17:15	7	8	5	6
17:40	6	7	8	5
<u>18:10</u>	9	10	11	12
18:35	12	9	10	11
19:00	11	12	9	10
19:25	10	11	12	9

- ✓ O aquecimento geral inicia-se 25' antes do início da competição e realiza-se sempre no ginásio do piso 1
- ✓ O aquecimento geral termina 5' antes no início da competição, para a organização do desfile 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 5 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 (FISP.T) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

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

ANEXO 4

BENJAMINS & INFANTIS

9h15 – 9h40– 11h15

Benjamins #4

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN
13	GCP	69	Maria Vítor	2017
		70	Marta Espadinha	2017
		71	Teresa Amaral	2017
		72	Inês Empis	2017
		73	Flávia Dumaresq	2017
14	CDAQ	74	Inês Farinha	2018
		75	Inês Cordeiro	2018
	GCP	76	Luísa Serrano	2017
		77	Rita Henriques	2017
		78	Marta Petrucci	2017
		79	Mariana Brito	2017
15	CGA	80	Joana Candido	2018
		81	Noa Antunes	2018
		82	Mafalda Pereira	2018
		83	Carmo Bilé	2017
		84	Laura Maximino	2017
		85	Pérola Tomás	2018
16	CGA	86	Joana Gonçalves	2018
		87	Camila Sousa	2018
		88	Camila Capitão	2017
		89	Camila Jaquité	2017
		90	Ines Pinto	2018
		91	Constança Sousa	2017



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)

Infantis #4

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN
13	LGC	208	Maria Pombeiro	2016
		209	Heloise Freire	2015
		210	Laura Moreira	2015
		211	Noa Lopez	2015
		212	Maria Alvim	2015
		213	Maria Caeiro	2016
		214	Rose Tellier	2016
215		Laura Vaz	2016	
14		216	Sara Nunes	2015
		217	Salomé Batista	2016
		218	Carolina Morbey	2015
		219	Maria Amaral	2015
		220	Pietra Santos	2015
		221	Leonor Gonçalves	2015
	222	Luísa Agostinho	2015	
15	EGYM	223	Erika Plop	2015
		224	Madalena Pereira	2015
		225	Beatriz Caeiro	2015
		226	Maria Bento	2016
		227	Carolina Rocha	2016
		228	Joana Silvestre	2016
		229	Alice Maçanita	2015
		230	Carolina La-Salete	2016
		231	Maria Bravo	2015
16	CDAQ	232	Carlota Branco	2015
		233	Eva Rocha	2016
		234	Matilde Cordeiro	2015
		235	Francisca Cabral	2015
		236	Isabel Melo	2016
		237	Eva Falcão	2015
		238	Rita Ferreira	2015



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 (FISP) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

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

ANEXO 5

BENJAMINS & INFANTIS

11h00 – 11h25– 13h00

Benjamins #5

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN		
17	CLAC	92	Ema Caldeira	2017		
		93	Maria Grilo	2018		
		94	Julieta Calado	2017		
		95	Isabela Gomes	2017		
	EGYM	96	Catarina Luz	2017		
		97	Vanda Pires	2017		
		98	Beatriz Tirapicos	2017		
18	UDRZA	99	Victória Maçanita	2017		
		100	Alice Mascarenhas	2018		
		101	Margarida Cunha	2017		
		102	Maria Dias	2017		
		103	Sofia Pinheiro	2017		
		104	Margarida Rocha	2017		
		105	Inês Caleiro	2017		
		106	Nicole Marques	2017		
		107	Cíntia Carneiro	2017		
		19	UDRZA	108	Diana Canatário	2017
				109	Maria Marques	2018
				110	Selena Sabugueiro	2017
				111	Maria Barreiros	2018
				112	Maria Lopes	2018
113	Lara Silva			2018		
114	Luana Ribeiro			2018		
20	LGC	115	Carlota Azevedo	2017		
		116	Alice Mendes	2017		
		117	Teresa Rebelo	2017		
		118	Isabel Ribeiro	2017		
		119	Kateryna Arnautova	2017		



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)

Infantis #5

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN
17	EGYM	239	Alice Carvalho	2016
		240	Rita Penado	2016
		241	Joana Painha	2016
		242	Margarida Gato	2015
		243	Madalena Rato	2016
		244	Madalena Cabral	2015
		245	Maria Magro	2016
		246	Bárbara Martins	2016
18	LGC	247	Maria Gonçalves	2015
		248	Leonor Mendes	2015
		249	Alice Lona	2015
		250	Maria Linhares	2015
		251	Helena Azevedo	2015
		252	Clara Barata	2016
		253	Ellie Nemtsov	2015
		254	Sofia Alves	2016
19	CA4	255	Yerusha Rai	2015
		256	Vitória Martins	2015
		257	Marta Fonseca	2015
		258	Sarah Andrade	2016
		259	Maria Coelho	2016
		260	Carlota Oliveira	2016
		261	Mara Lopes	2015
		20	CA4	262
263	Carolina Soares			2016
264	Constança Resende			2015
265	Leticia Almeida			2015
266	Inês Silva			2016
267	Inês Campos			2016



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 (Anexos 4 e 5)

Aparelhos e horários	ST	PA	TRA	SO
09:40	13	14	15	16
10:05	16	13	14	15
10:30	15	16	13	14
10:55	14	15	16	13
11:25	17	18	19	20
11:50	20	17	18	19
12:15	19	20	17	18
12:40	18	19	20	17

- ✓ O aquecimento geral inicia-se 25' antes do início da competição e realiza-se sempre no ginásio do piso 1
- ✓ O aquecimento geral termina 5' antes no início da competição, para a organização do desfile 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 5 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 (FISP) e na Confederação Mediterrânea de Ginástica - COMEGYM

Membro do:

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

ANEXO 6

INFANTIS

14h00 – 14h25– 16h00

Infantis #6

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN
21	CLAC	268	Flor Conceição	2015
		269	Benedita Bento	2015
		270	Clara Figueiredo	2015
		271	Mariana Ramos	2015
		272	Milana Rud	2015
		273	Maria Leal	2015
		274	Maria Maia	2015
275		Maria Brogueira	2015	
22		276	Maria Costa	2015
		277	Leonor Oliveira	2015
		278	Maria Lourenço	2016
		279	Margarida Matos	2015
		280	Camila Prata	2016
		281	Matilde Vieira	2016
	282	Letícia Rodrigues	2016	
23	283	Viviane Capingano	2016	
	UDRZA	284	Carlota Neves	2015
		285	Julieta Canatário	2016
		286	Maria Santana	2015
		287	Pilar Costa	2015
		288	Kelly Jorge	2015
		289	Laura Moita	2016
290		Maria Pereira	2015	
291		Mafalda Inácio	2016	
24		292	Maria Mendes	2016
		293	Ana Simões	2016
		294	Aurora Andrade	2016
	295	Maria Costa	2016	
	296	Sofia Silva	2015	
	297	Mara Marques	2016	
	298	Maria Domingos	2016	
	299	Luana Tavares	2015	



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 (Anexos 6)

Aparelhos e horários	ST	PA	TRA	SO
14:25	21	22	23	24
14:50	24	21	22	23
15:15	23	24	21	22
15:40	22	23	24	21

- ✓ O aquecimento geral inicia-se 25' antes do início da competição e realiza-se sempre no ginásio do piso 1
- ✓ O aquecimento geral termina 5' antes no início da competição, para a organização do desfile 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 5 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 7

INFANTIS

15h45 – 16h10– 18h35

Infantis #7

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN
25	GCP	300	Maria Duarte	2015
		301	Maria Gonçalves	2015
		302	Beatriz Nolasco	2015
		303	Francisca Carrilho	2015
		304	Marta Alves	2015
		305	Maria Pestana	2015
		306	Carminho Grilo	2015
26	GCP	307	Luísa Cabral	2016
		308	Diana Loureiro	2015
		309	Frederica Monteiro	2015
		310	Carolina Figueiredo	2015
		311	Íris Ribeiro	2015
		312	Luísa Teixeira	2015
		313	Victória Nunes	2015
		314	Maria Coutinho	2015
27	CGA	315	Eva Dethier	2016
		316	Diana Mendes	2016
		317	Salome Fernandes	2015
		318	Teresa Queluz	2016
		319	Teresa Gomes	2015
		320	Sofia Fevereiro	2016
28	GCP	321	Rosarinho Nifo	2016
		322	Luísa Ramalho	2016
		323	Teresa Antunes	2016
		324	Mya Karsenty	2016
		325	Maria Relvas	2016
		326	Irina Carmo	2016
29	CGA	327	Leonor Travassos	2015
		328	Mariana Sousa	2015
		329	Gabriela Cardoso	2015
		330	Alícia Apolónia	2015



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)

30	331	Constança Freitas	2016
	332	Leonor Gonçalves	2016
	333	Giovanna Nascimento	2015
	334	Paloma Polido	2015
	335	Joana Gorgulho	2015
	336	Margarida Andrade	2016
	337	Francisca Martins	2015
	338	Maria Silva	2015
	339	Thalia Dethier	2015

AQUECIMENTO & COMPETIÇÃO (Anexos 7)

Aparelhos e horários	ST	PA	PAUSA	TRA	SO	PAUSA
16:10	25	26	27	28	29	30
16:35	30	25	26	27	28	29
17:00	29	30	25	26	27	28
17:25	28	29	30	25	26	27
17:50	27	28	29	30	25	26
18:15	26	27	28	29	30	25

- ✓ O aquecimento geral inicia-se 25' antes do início da competição e realiza-se sempre no ginásio do piso 1
- ✓ O aquecimento geral termina 5' antes no início da competição, para a organização do desfile 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 5 minutos de aquecimento nos aparelhos antes do início de cada rotação.

