

# 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), 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 0138/2023	Lisboa, 04 de setembro de 2023
DISTRIBUIÇÃO: AT's e Clubes	
ASSUNTO: Ginástica Aeróbica   Estágios de Preparação Campeonato da Europa	

Exmos. Senhores,

No âmbito da programação de Alto Rendimento em Ginástica Aeróbica, divulga-se a lista de ginastas juniores convidados, lista de ginastas seniores convidados e convocados e restantes informações sobre os Estágios de Preparação do Campeonato da Europa.

Estágio de Preparação Aerodance e Aerostep

Datas: 15 a 17 de setembro

Local: Instalações do All4Gym – Associação Gímnica de Águeda

## Ginastas Juniores Convidados

Filipa Macedo (CAGPD)

Júlia Alves (CAGPD)

Letícia Oliveira (CAGPD)

M<sup>a</sup> Rita Santos (URD)

Manuel Resendes (CAGPD)

Matilde Cymbron (CAGPD)

Nádia Almeida (URD)

Teresa Cabral (CAGPD)

## Ginastas Seniores Convidados

Ana Tapina (ACG)

Beatriz Morais (ACG)

Filipa Moura (ACG)

Maria Dias (ACG)

Maria Oliveira (ACG)

Mariana Almeida (ACG)

Sara Ferreira (ACG)

Tomás Almeida (ACG)



# 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), 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)



## Ginastas Seniores Convocados

Ana Francisca Sucena (A4G)

Ana Rita Gomes (A4G)

Ana Sofia Loureiro (A4G)

Carolina Cruz (A4G)

Carolina Santos (A4G)

Joana Inês Almeida (A4G)

Joana Matos (A4G)

Maria Soares (AGCM)

## Treinador\*

Rui Cardoso

\*Os Treinadores e/ou Representantes dos Clubes envolvidos estão convidados a estar presentes no estágio. Para o efeito, deverá ser dado conhecimento prévio à DTN, através do seguinte endereço e-mail: [sara.luna@ginastica.org](mailto:sara.luna@ginastica.org).

## Ponto de Encontro

Instalações do All4Gym – Associação Gímnica de Águeda, no dia 15 de setembro, às 15:30h.

## Vestuário

Livre

## Horário dos Treinos

15 de setembro: 16:00h – 18:30h

16 de setembro: 15:30h – 18:30h

17 de setembro: 10:00h – 13:30h

## Alojamento | Treinador Nacional

In Gold Hotel

## Refeições

Restaurante “o Ribeirinho” ou equivalente



# 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), 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)



Estágio de Preparação Individuais (Masculino e Feminino), Pares Mistos, Trios e Grupos

Datas: 18 a 21 de setembro

Local: Pavilhão Gimnodesportivo da Barrosa

## Ginastas Juniores Convidados

Beatriz Duarte (A4G)

Diana Formiga (A4G)

Filipa Macedo (CAGPD)

Leonor Januário (CAGPD)

Letícia Oliveira (CAGPD)

M<sup>a</sup> Rita Santos (URD)

Manuel Resendes (CAGPD)

Matilde Cymbron (CAGPD)

Matilde Silvestre (A4G)

Nádia Almeida (URD)

Quirilo Yanenko (A4G)

Tiago Pinheiro (CAGPD)

## Ginastas Seniores Convocados

Ana Francisca Sucena (A4G)

Beatriz Morais (ACG)

Diogo Soares (CUAB)

Gabriela Oliveira (A4G)

Luís Rosas (A4G)

Rui Cansado (CAGPD)

Tânia Almeida (URD)

## Treinador\*

Rui Cardoso

## Fisioterapeuta

Diogo Vicente

\*Os Treinadores e/ou Representantes dos Clubes envolvidos estão convidados a estar presentes no estágio. Para o efeito, deverá ser dado conhecimento prévio à DTN, através do seguinte endereço e-mail: [sara.luna@ginastica.org](mailto:sara.luna@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), 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)



## Ponto de Encontro

Ginastas Residentes em Águeda/Cantanhede: Instalações do All4Gym – Associação Gímnica de Águeda, no dia 17 de setembro, às 15:00h.

Ginastas Residentes em Lisboa e arredores: Instalações da FGP, no dia 17 de setembro, às 18:30h.

## Vestuário

Livre

## Horário dos Treinos

18 de setembro: 10:00h – 13:00h / 15:30h – 18:30h

19 de setembro: 10:00h – 13:00h / 15:30h – 18:30h

20 de setembro: 10:00h – 13:00h / 15:30h – 18:30h

21 de setembro\*: 10:00h – 13:00h / 15:30h – 18:30h

\*O regresso dos ginastas a casa deverá ser agilizado e tratado pelos seus clubes ou pelos próprios ginastas.

## Alojamento

Benavente Vila Hotel

## Refeições

Restaurantes em Benavente

## Transporte/Deslocações

O Treinador Nacional, Rui Cardoso, ficará com um veículo da FGP ou alugado durante os estágios, ainda por definir qual será o mesmo. As deslocações durante os estágios serão agilizadas diretamente com os clubes/ginastas/treinadores.

No entanto, face ao número limitado de lugares e o número de ginastas e fisioterapeuta, poderá não ser possível transportar outros treinadores ou ginastas juniores, por isso, deverão deslocar-se em viatura própria sempre que possível.

Com os melhores cumprimentos e votos de bom trabalho,

A Diretora Executiva

(Teresa Loureiro)

