

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 0074/2024	Lisboa, 7 de maio de 2024
DISTRIBUIÇÃO: AT's, CA e Clubes de GAF	
ASSUNTO: Ginástica Artística Feminina - Campeonato Nacional 2ª divisão	

Exmos. Senhores,

Por este meio e a esta data se enviam as devidas informações referentes à realização do Campeonato Nacional da 2ª divisão de Ginástica Artística Feminina (GAF) a realizar no dia 26 de maio de 2024.

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

Dia 26 de maio

Escalão: Seniores (Anexo 1)

Abertura do Recinto: 9h00 – aquecimento geral em sala no piso 1

Início da Competição: 9h30

Cerimónia protocolar: 12h10 (previsão)

Escalão: Iniciadas e Juvenis (Anexo 2)

Abertura do Recinto: 13h30 – aquecimento geral em sala no piso 1

Início da Competição: 14h00

Cerimónia protocolar: 16h15 (previsão)

Escalão: Júniores (Anexo 3)

Abertura do Recinto: 16h30 – aquecimento geral em sala no piso 1

Início da Competição: 17h00

Cerimónia protocolar: 19h15 (previsão)

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



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/inscritis têm acesso ao recinto da competição:

- A entrada de ginastas, treinadores, juizes e pessoas afetas à organização do evento, faz pela porta lateral, conforme imagem anexa (anexo 4)
- 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 e/ou grupo dentro de cada competição.
- Todos os participantes ginastas devem ser portadores do cartão do cidadão.

2. Modelo de competição:

Esta competição seguirá um modelo de aquecimento/competição seguidos

- Há um período de aquecimento geral de 25' num ginásio localizado no piso 1 do pavilhão;
- 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 juizes, antes de se dar início ao aquecimento específico.
- As ginastas terão aquecimento específico 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:

- Têm de dar entrada na FGP até ao dia 17/05/2024 (6ª-feira), enviadas por via eletrónica para andre.nogueira@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), 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)

- 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).
6. Ordem das equipas:
- Deve ser preenchido e enviado o ficheiro em anexo até ao dia 22/05/2024 (4ª-feira), enviadas por via eletrónica para andre.nogueira@ginastica.org
7. 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.
8. Cerimónias protocolares:
- As cerimónias protocolares realizam-se com o fato de treino do clube, não sendo necessária a apresentação de estandarte;
 - Serão entregues os prémios por equipas, classificação geral e aparelhos, em todos os escalões.
 - 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.
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/>.



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. Clubes Participantes (#20):

AGLou	AGL - Academia de Ginástica de Lousada
AGT	Associação Gimnochamps de Tavira
ARTI	Clube Artigym
BFC	Boavista Futebol Clube - Dpto. Ginástica
CA4	CLUBE A4
CBP	CBP2012 - Basquetebol Clube de Penafiel
CDAQ	Clube Desportivo Antero de Qental
CGA	Clube de Ginástica de Almada
CGF	ACROBATIKDAYS - Clube Ginástica de Fátima
CGG	GUIMAGYM-Clube de Ginástica de Guimarães
CGOB	Clube de Ginástica de Oliveira do Bairro - CGOB
CGTN	CGTN - Clube de Ginástica de Torres Novas
CLAC	CLAC - Clube de Lazer, Aventura e Competição
EGGaia	Escola de Ginástica de Gaia - CRL
FCG	Futebol Clube de Gaia
GCM	Ginásio Clube da Maia
GCP	Ginásio Clube Português
LGC	Lisboa Ginásio Clube
SpCP	Sport Club do Porto
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 (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 2ª divisão (Seniores)

9h00 – 9h30 – 12h10

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN
1	Eq. UDRZA	1	Riana Grecu	2008
		2	Maria Carmo	2008
		3	Rita Zeferino	2008
	Eq. EGGaia	4	Ana Silva	2006
		5	Bianca Almeida	2006
		6	Ema Rocha	2006
2	Eq. CGOB	7	Ana Almeida	2006
		8	Carolina Pacheco	2008
		9	Margarida Santos	2008
	LGC	10	Ana Carvalho	2002
CGF	11	Laura Jesus	2008	
3	GCP	12	Carolina Baptista	2008
		13	Catarina Camarate	2003
	Eq. BFC	14	Mariana Coutinho	2007
		15	Isabel Nunes	2007
		16	Mariana Campos	2006
		17	Maria Gonçalves	2007
4	Eq. FCG	18	Mariana Silva	2008
		19	Mariana Silva	2005
		20	Catarina Teixeira	2007
		21	Maria M. Gomes	2007
		22	Carolina Gomes	2005
	CDAQ	23	Rita Cardoso	2006
5	SpCP	24	Carolina Ferreira	2007
		25	Catarina Serra	2006
	AGLou	26	Mariana Ribeiro	2007
	Eq. CGA	27	Carolina Alves	2005
		28	Valéria Polido	2007
		29	Sofia Gonçalves	2005
6	GCM	30	M ^a . Margarida Abreu	2007
	Arti	31	Bárbara Almeida	2008
		32	Ana Cunha	2005
	CA4	33	Bruna Santos	2008
	CLAC	34	Maria Costa	2007
CBP	35	Maria Teixeira	2008	



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 / Rotações	ST	PA	PAUSA	T	S	PAUSA
09:30	1 Eq. UDRZA; Eq. EGGaia	2 Eq. CGOB; 10, 11	3	4 Eq. FCG; 23	5 24, 25, 26; Eq. CGA	6
09:55	6 30, 31, 32, 33, 34, 35	1 Eq. UDRZA; Eq. EGGaia	2	3 12, 13; Eq. BFC	4 Eq. FCG; 23	5
10:20	5 24, 25, 26; Eq. CGA	6 30, 31, 32, 33, 34, 35	1	2 Eq. CGOB; 10, 11	3 12, 13; Eq. BFC	4
10:45	4 Eq. FCG; 23	5 24, 25, 26; Eq. CGA	6	1 Eq. UDRZA; Eq. EGGaia	2 Eq. CGOB; 10, 11	3
11:10	3 12, 13; Eq. BFC	4 Eq. FCG; 23	5	6 30, 31, 32, 33, 34, 35	1 Eq. UDRZA; Eq. EGGaia	2
11:35	2 Eq. CGOB; 10, 11	3 12, 13; Eq. BFC	4	5 24, 25, 26; Eq. CGA	6 30, 31, 32, 33, 34, 35	1

- ✓ Haverá um período de aquecimento geral de 25'
- ✓ Após o aquecimento geral, e a cada rotação, as ginastas desfilam para os aparelhos, onde terão 9' de aquecimento seguindo-se imediatamente a competição.
- ✓ A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, à exceção das equipas que podem apresentar diferentes ordens, em cada aparelho.



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 (Iniciadas e Juvenis)

13h30 – 14h00 – 16h15

GRUPO	CLUBE	DORSAL	Nome	DN
7	Eq. CGG	36	Maria Torres*	2014
		37	Sofia Craveiro*	2013
		38	Juna Oliveira*	2013
		39	Matilde Bourbon*	2013
	AGT	40	Victória Martins*	2013
	CLAC	41	Maria Leitão*	2013
42		Alice Malagueiro	2011	
8	Eq. CGG	43	Matilde Carvalho	2012
		44	Catarina Fonte	2011
		45	Carolina Beirão	2012
		46	Ana Martins	2011
	CGF	47	Matilde Cristina	2012
		48	Eva Oliveira	2011
9	GCP	49	Eduarda Oliveira*	2013
		50	Madalena Baptista*	2013
	GCP	51	Mariana Machado	2011
		52	Carolina Adrega	2012
	GCM	53	Maria Abreu	2011
CBP	54	Maria Ferreira	2012	
10	FCG	55	Sofia Rêgo	2011
		56	Ana Freitas	2011
	CA4	57	Isabela Silva	2012
		58	Carolina Gaspar	2012
	BFC	59	Alice Telinhos	2011
		60	Teresa Cunha	2011
11	SpCP	61	Cecília Sousa*	2013
	Eq. SpCP	62	Inês Lima	2011
		63	Beatriz Santos	2012
		64	Maria Fernandes	2011
		65	Beatriz Sousa	2012
	CGTN	66	Mia Miele	2012
AGLou	67	Maria Leal	2011	

*Ginastas Iniciadas



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 E COMPETIÇÃO

Aparelhos / Rotações	ST	PA	PAUSA	TR	SO
1ª	7 Eq. CGG; 40, 41, 42	8 Eq. CGG; 47, 48	9	10 55, 56, 57, 58, 59, 60	11 61; Eq. SpCP; 66, 67
2ª	11 61; Eq. SpCP; 66, 67	7 Eq. CGG; 41, 42	8	9 49, 50, 51, 52, 53, 54	10 55, 56, 57, 58, 59, 60
3ª	10 55, 56, 57, 58, 59, 60	11 61; Eq. SpCP; 66, 67	7	8 Eq. CGG; 47, 48	9 49, 50, 51, 52, 53, 54
4ª	9 49, 50, 51, 52, 53, 54	10 55, 56, 57, 58, 59, 60	11	7 Eq. CGG; 41, 42	8 Eq. CGG; 47, 48
5ª	8 Eq. CGG; 47, 48	9 49, 50, 51, 52, 53, 54	10	11 61; Eq. SpCP; 66, 67	7 Eq. CGG; 41, 42

- ✓ Haverá um período de aquecimento geral de 25'
- ✓ Após o aquecimento geral, e a cada rotação, as ginastas desfilam para os aparelhos, onde terão 9' de aquecimento seguindo-se imediatamente a competição.
- ✓ A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, à exceção das equipas que podem apresentar diferentes ordens, em cada aparelho.



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

Campeonato Nacional 2ª divisão (Juniões)

16h30 – 17h00 – 19h15

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN
12	Eq. UDRZA	68	Matilde Lopes	2010
		69	Maria Gameiro	2010
		70	Beatriz Calado	2009
	Eq. SpCP	71	Joana Paranhos	2009
		72	Sara Melo	2010
		73	Sara Monteiro	2009
13	Eq. GCM	74	Maria Palhais	2009
		75	Sofia Mouta	2010
		76	Hada Mota	2010
	Eq. CGF	77	Lilou Barros	2010
		78	Madalena Martins	2010
		79	Eva Jesus	2010
14	Eq. CGA	80	Mariana Carvalho	2010
		81	Madalena Rodrigues	2010
		82	Carolina Lopes	2009
		83	Olivia Ribeiro	2010
		84	Francisca Morais	2009
	CGA	85	Cláudia Gonçalves	2010
15	EGGaia	86	Beatriz Gomes	2010
		87	Catarina Sousa	2009
	CA4	88	Eva Paiva	2009
	BFC	89	Ana Garcia	2010
		90	Joana Azevedo	2010
	AGT	91	Marta Figueiredo	2009
16	GCP	92	Beatriz Cardoso	2009
	FCG	93	Maria Ferreira	2009
	CBP	94	Carolina Campos	2009
	Eq. CGOB	95	Diana Alves	2010
		96	Bárbara Bartolomeu	2010
		97	Francisca Ferreira	2009



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 E COMPETIÇÃO

Aparelhos / Rotações	ST	PA	PAUSA	TR	SO
1ª	12 Eq. UDRZA; Eq. SpCP	13 Eq. GCM; Eq. CGF	14	15 86, 87, 88, 89, 90	16 92, 93, 94; Eq. CGOB
2ª	16 92, 93, 94; Eq. CGOB	12 Eq. UDRZA; Eq. SpCP	13	14 Eq. CGA; 85	15 86, 87, 88, 89, 90
3ª	15 86, 87, 88, 89, 90, 91	16 92, 93, 94; Eq. CGOB	12	13 Eq. GCM; Eq. CGF	14 Eq. CGA; 85
4ª	14 Eq. CGA; 85	15 86, 87, 88, 89, 90	16	12 Eq. UDRZA; Eq. SpCP	13 Eq. GCM; Eq. CGF
5ª	13 Eq. GCM; Eq. CGF	14 Eq. CGA; 85	15	16 92, 93, 94; Eq. CGOB	12 Eq. UDRZA; Eq. SpCP

- ✓ Haverá um período de aquecimento geral de 25'
- ✓ Após o aquecimento geral, e a cada rotação, as ginastas desfilam para os aparelhos, onde terão 9' de aquecimento seguindo-se imediatamente a competição.
- ✓ A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, à exceção das equipas que podem apresentar diferentes ordens, em cada aparelho.



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 4

ENTRADA DE PARTICIPANTES

