

# 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 N.º 0140/2022  | Lisboa, 23 de maio de 2022 |
| DISTRIBUIÇÃO: AT's, CA e Clubes de GAM                                |                            |
| ASSUNTO: Ginástica Artística Masculina – Memorial Guilherme Gonçalves |                            |

Exmos. Senhores,

Por este meio e a esta data se enviam as devidas informações referentes à realização do Memorial Guilherme Gonçalves – Campeonato Nacional de Infantis e Encontro Nacional de Benjamins, de Ginástica Artística Masculina, a realizar no dia 4 de junho.



Local: Centro de Alto Rendimento de Anadia  
Rua Ivo Neves, n.º 405  
Sangalhos

Dia 4 de junho

Escalões: Benjamins e Infantis (Anexo 1)  
Abertura do Recinto: 9h30 (Aquecimento até às 9h50)  
Início da Competição: 9h55  
Cerimónia protocolar: 13h30 (previsão)

Direção Executiva: André Nogueira  
Direção Técnica: Vasco Barata  
Júri de apelo: Artur Romão | Vice-Presidente FGP  
A definir



# 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)



## 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 por 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.

### 2. Participação em competição

- Os ginastas terão um período de aquecimento geral de 15' no praticável da zona de competição;
- Após o aquecimento geral os ginastas preparam-se para o desfile inicial, que segue diretamente para o seu aparelho.
- Em cada rotação os ginastas alinham à frente dos juizes, antes de se dar início ao aquecimento específico.
- Os ginastas terão 8' 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 1 de junho (4ª-feira) para [andre.nogueira@ginastica.org](mailto:andre.nogueira@ginastica.org)

### 6. Equipamento de competição

- Os ginastas infantis têm que se apresentar em competição com maillot e calção/calças.
- Aos ginastas benjamins é permitida a utilização de calções e t-shirt.
- Em ambos os casos o clube devem estar identificado com o emblema.



# 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)



## 7. Cerimónias protocolares:

- No final da competição será entregue a todos os ginastas uma medalha de participação.
- As cerimónias protocolares realizam-se com o fato de treino do clube;
- Serão entregues os prémios por equipas (em ambos os escalões) e classificação geral individual (para infantis)

## 8. Público:

- Os bilhetes apenas podem ser adquiridos via online, através do site <https://www.bol.pt/>, tendo um custo de 3€.

## 9. Clubes Participantes (#6):

CGA – Clube de Ginástica de Almada

CGF – ACROBATIKDAYS - Clube Ginástica de Fátima

CGG – Clube de Ginástica de Guimarães

CGTN – Clube de Ginástica de Torres Novas

GCP – Ginásio Clube Português

LGC – Lisboa Ginásio Clube

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), 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

### BENJAMINS E INFANTIS

9h30 – 9H50– 13h00

| GRUPO | CLUBE | ESCALAO   | DORSAL           | NOME               |
|-------|-------|-----------|------------------|--------------------|
| A     | GCP   | Benjamins | 1                | Salvador Santiago  |
|       |       |           | 2                | Vicente Brito      |
|       |       |           | 3                | Rafael Duarte      |
|       |       |           | 4                | Ascher Beitz       |
|       |       |           | 5                | Miguel Ramos       |
|       |       |           | 6                | Lou Cookman        |
|       |       |           | 7                | Simão Varela       |
|       |       |           | 8                | Joaquim Rocha      |
| B     |       | Infantis  | 9                | Rafael Varela      |
|       |       |           | 10               | Gustavo Correia    |
|       |       |           | 11               | António Melo       |
|       |       |           | 12               | Afonso Brito       |
|       |       |           | 13               | Dinis Faria        |
|       |       |           | 14               | Francisco Antunes  |
|       |       |           | 15               | Duarte Pape        |
|       |       |           | 16               | Zacaria Costa      |
|       |       |           | 17               | Gonçalo Videira    |
|       |       |           | 18               | Sascha Beitz       |
| C     | LGC   | Benjamins | 19               | Duarte Santos      |
|       |       |           | 20               | Lucas Minhava      |
|       |       |           | 21               | Baltazar Manuel    |
|       |       | Infantis  | 22               | Gabriel Campos     |
|       |       |           | 23               | Manuel Santos      |
|       | CGF   | Benjamins | 24               | João Nora          |
|       |       |           | 25               | Francisco Oliveira |
|       |       | Infantis  | 26               | Vicente            |
|       |       |           | 27               | Samuel Vitorino    |
|       |       | 28        | Francisco Silva  |                    |
|       |       | 29        | Artyon Myednikov |                    |



# 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 | ESCALAO       | DORSAL           | NOME               |
|----------|-------|---------------|------------------|--------------------|
| D        | CGA   | Benjamins     | 30               | Artur Bernardo     |
|          |       |               | 31               | Guilherme Ferreira |
|          |       |               | 32               | Vicente Ilhéu      |
|          |       |               | 33               | Rafael Antunes     |
|          |       |               | 34               | Guilherme Lefevre  |
|          |       | Infantis      | 35               | Lucas Ramos        |
|          |       |               | 36               | Luis Nogueira      |
|          |       |               | 37               | Francisco Andrade  |
|          |       |               | 38               | Eduardo Costa      |
| E        | CGTN  | Benjamins     | 39               | Olívio Pereira     |
|          |       |               | 40               | Tiago Correia      |
|          |       |               | 41               | Miguel Trindade    |
|          |       |               | 42               | Bernardo Gomes     |
|          |       | 43            | José Teodósio    |                    |
| F        | CGG   | Benjamins     | 44               | Joao Antunes       |
|          |       |               | 45               | Rodrigo Martins    |
|          |       |               | 46               | Telmo Barros       |
|          |       |               | 47               | Theo Lopez         |
|          |       |               | 48               | Pedro Esteves      |
|          |       | 49            | Gonçalo Soares   |                    |
|          |       | 50            | Francisco Embalo |                    |
|          |       | 51            | Daniel Evans     |                    |
| Infantis | 52    | Afonso Máximo |                  |                    |



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](mailto:federacao@ginastica.org) . [www.ginastica.org](http://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)



## AQUECIMENTO & COMPETIÇÃO

| Aparelhos e horários | SO | CA | ARG | ST | PS | BF |
|----------------------|----|----|-----|----|----|----|
| 09:55                | A  | B  | C   | D  | E  | F  |
| 10:20                | F  | A  | B   | C  | D  | E  |
| 10:45                | E  | F  | A   | B  | C  | D  |
| 11:10                | D  | E  | F   | A  | B  | C  |
| 11:35                | C  | D  | E   | F  | A  | B  |
| 12:00                | B  | C  | D   | E  | F  | A  |

- ✓ Às 9h50 termina o período de aquecimento geral 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.
- ✓ Os ginastas têm 8 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)



|  |                            |
|--|----------------------------|
| CIRCULAR N.º 0141/2022   | Lisboa, 23 de maio de 2022 |
| 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 – Campeonato Nacional de Infantis e Encontro Nacional de Benjamins, de Ginástica Artística Feminina, a realizar no dia 4 de junho.



Local: Centro de Alto Rendimento de Anadia  
Rua Ivo Neves, n.º 405 Sangalhos

Dia 4 de junho

Escalão: Benjamins (Anexo 1)  
Abertura do Recinto 1ª grupo: 9h30 (Aquecimento até às 9h50)  
Início da Competição: 9h55  
Abertura do Recinto 2ª grupo: 10h50 (Aquecimento até às 11h10)  
Início da Competição: 11h10  
Cerimónia protocolar: 13h30 (previsão)

Escalão: Infantis  
1ª subdivisão (Anexo 2)  
Abertura do Recinto: 14h00 (Aquecimento até às 14h20)  
Início da Competição: 14h25  
Cerimónia protocolar: 21h00 (previsão)  
2ª subdivisão (Anexo 3)  
Abertura do Recinto: 15h55 (Aquecimento até às 16h15)  
Início da Competição: 16h40  
Cerimónia protocolar: 21h00 (previsão)  
3ª subdivisão (Anexo 3)  
Abertura do Recinto: 18h25 (Aquecimento até às 18h45)  
Início da Competição: 18h50  
Cerimónia protocolar: 21h00 (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)



Direção Executiva: André Nogueira

Direção Técnica: A definir

Júri de apelo: Artur Romão | Vice-Presidente FGP  
A definir

## 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 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.

### 2. Participação em competição

- As ginastas terão um período de aquecimento geral de 20' no praticável da zona de treino;
- 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 dos juizes, antes de se dar início ao aquecimento específico.
- As ginastas terão 8' 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 01/06/2022, para [andre.nogueira@ginastica.org](mailto:andre.nogueira@ginastica.org).

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





# 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)



## 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 1 de junho (4<sup>a</sup>-feira) para [andre.nogueira@ginastica.org](mailto:andre.nogueira@ginastica.org)

## 7. Equipamento de competição

- As ginastas infantis têm que 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 cerimónias protocolares realizam-se com o fato de treino do clube;
- No final da competição serão entregues os prémios por equipas (em ambos os escalões) e classificação geral individual (para infantis)
- Os clubes que não tenham prémios por equipas ou individuais para receber poderão ser dispensados da participação na cerimónia protocolar.

## 9. Público:

- Os bilhetes apenas podem ser adquiridos via online, através do site <https://www.bol.pt/>, tendo um custo de 3€ por sessão (benjamins ou infantis) ou 5€ por dia.

## 10. Clubes Participantes (#12):

AGJD – Associação de Ginástica Júlio Dinis

CDAQ – Clube Desportivo Antero de Quental

CGA – Clube de Ginástica de Almada

CGF – ACROBATIKDAYS - Clube Ginástica de Fátima

CGG – Clube de Ginástica de Guimarães

COB – Clube de Ginástica de Oliveira do Bairro

CGTN – Clube de Ginástica de Torres Novas

CLAC - Clube de Lazer, Aventura e Competição

EKG – Escola de Ginástica de Gaia – CRL

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), 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

### BENJAMINS

9h30 – 9H50– 13h00

| GRUPO | CLUBE | DORSAL | NOME                |
|-------|-------|--------|---------------------|
| A     | CGOB  | 1      | Mafalda Almeida     |
|       |       | 2      | Sara Cadime         |
|       | EGG   | 3      | Sara Leite          |
|       |       | 4      | Luísa Domingues     |
|       |       | 5      | Inês Coelho         |
| B     | CGTN  | 6      | Madalena Lopes      |
|       |       | 7      | Maria Carreira      |
|       |       | 8      | Maria Zacarias      |
|       |       | 9      | Laura Oliveira      |
|       |       | 10     | Helena Biléu        |
| C     | CGTN  | 11     | Madalena Campos     |
|       |       | 12     | Madalena Sousa      |
|       |       | 13     | Madalena Silva      |
|       |       | 14     | Joana Luís          |
|       |       | 15     | Flor Magalhães      |
| D     | AGJD  | 16     | Anita Lamarão       |
|       |       | 17     | Ema Dias            |
|       |       | 18     | Carolina Barros     |
|       | CLAC  | 19     | Constança Rodrigues |
|       |       | 20     | Maria Costa         |



# 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                |
|-------|-------|-------------------|---------------------|
| E     | GCP   | 21                | Maria Duarte        |
|       |       | 22                | Diana Loureiro      |
|       |       | 23                | Frederica Monteiro  |
|       |       | 24                | Carolina Figueiredo |
|       | LGC   | 25                | Marina Hadba        |
|       | CGA   | 26                | Francisca Martins   |
| F     | CGG   | 27                | Leonor Sousa        |
|       |       | 28                | Eliana Lopes        |
|       |       | 29                | Maria Gonçalves     |
|       |       | 30                | Leonor Jesus        |
|       |       | 31                | Maria Galante       |
| G     |       | 32                | Beatriz Alves       |
|       |       | 33                | Maria Pereira       |
|       |       | 34                | Luísa Catela        |
| H     |       | 35                | Maria Marques       |
|       |       | 36                | Íris Ribeiro        |
|       |       | 37                | Francisca Teixeira  |
|       | 38    | Maria Cunha       |                     |
|       | 39    | Martinha Carvalho |                     |
|       | 40    | Camila Baptista   |                     |
|       | 41    | Martina Gomes     |                     |
|       | 42    | Ana Fernandes     |                     |



# 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 | TRA | SO |
|----------------------|----|----|-----|----|
| 09:55                | A  | B  | C   | D  |
| 10:20                | D  | A  | B   | C  |
| 10:45                | C  | D  | A   | B  |
| 11:10                | B  | C  | D   | A  |
| 11:35                | E  | F  | G   | H  |
| 12:00                | H  | E  | F   | G  |
| 12:25                | G  | H  | E   | F  |
| 12:50                | F  | G  | H   | E  |

- ✓ Às 9h50 termina o período de aquecimento geral 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 8 minutos de aquecimento nos aparelhos antes do início de cada rotação.
- ✓ Às 10h50 começa o início do aquecimento geral (na zona de treino) para o 2º subgrupo (E-H), na zona de treino, passando para o 1º aparelho às 11h10. Não haverá pausas na mudança de grupos.



# 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

### INFANTIS

14H05 – 14H25– 21h00

| GRUPO | CLUBE | DORSAL | NOME              |
|-------|-------|--------|-------------------|
| I     | CGF   | 43     | Camila D'assunção |
|       |       | 44     | Mariana Mariano   |
|       |       | 45     | Constança Reis    |
|       |       | 46     | Marta Melnyk      |
|       |       | 47     | Carolina Rosa     |
|       |       | 48     | Eduarda Lopes     |
|       | AGJD  | 49     | Mariana Mendes    |
|       |       | 50     | Alice Antunes     |
| J     | CLAC  | 51     | Maria Leitão      |
|       |       | 52     | Matilde Valido    |
|       |       | 53     | Margarida Lopes   |
|       |       | 54     | Beatriz Nazário   |
|       |       | 55     | Melanie Rodrigues |
|       |       | 56     | Maria Carracinha  |
| K     | CDAQ  | 57     | Maria Rodrigues   |
|       |       | 58     | Andreia Sousa     |
|       |       | 59     | Eva Medeiros      |
|       |       | 60     | Aurora Ribeira    |
|       |       | 61     | Camila Pacheco    |
|       |       | 62     | Mariana Farinha   |
|       | GCP   | 63     | Francisca Carioca |
|       |       | 64     | Marion Duarte     |
| L     | CGTN  | 65     | Maria Correia     |
|       |       | 66     | Laura Correia     |
|       |       | 67     | Maria Luís        |
|       |       | 68     | Sofia Santos      |
|       |       | 69     | Mariana Santos    |
|       |       | 70     | Laura Gonçalves   |
|       | GCP   | 71     | Maria Henriques   |
|       |       | 72     | Benedita Rocha    |
| M     | CGOB  | 73     | Rita Botte        |
|       |       | 74     | Ariana Almeida    |
|       |       | 75     | Rebeca Silva      |
|       |       | 76     | Mara Ferreira     |
|       |       | 77     | Joana Conceição   |
|       |       | 78     | Nicole Simões     |
|       |       | 79     | Clara Melo        |



# 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 | PAUSA | TRA | SO |
|----------------------|----|----|-------|-----|----|
| 14:25                | I  | J  | K     | L   | M  |
| 14:50                | M  | I  | J     | K   | L  |
| 15:15                | L  | M  | I     | J   | K  |
| 15:40                | K  | L  | M     | I   | J  |
| 16:05                | J  | K  | L     | M   | I  |

- ✓ Às 14H20 termina o período de aquecimento geral para o 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 8 minutos de aquecimento nos aparelhos antes do início de cada rotação.
- ✓ No final da subdivisão todas as ginastas receberão uma medalha de participação



# 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

### INFANTIS

16H20 – 16H40– 21h00

| GRUPO | CLUBE | DORSAL             | NOME              |
|-------|-------|--------------------|-------------------|
| N     | CGG   | 80                 | Ana Faria         |
|       |       | 81                 | Laura Castilho    |
|       |       | 82                 | Maria Marques     |
|       |       | 83                 | Maria Torres      |
|       |       | 84                 | Camila Castro     |
|       |       | 85                 | Clara Silva       |
| 86    |       | Matilde Ferreira   |                   |
| O     |       | 87                 | Gabriela Oliveira |
|       |       | 88                 | Maria Teixeira    |
|       |       | 89                 | Leonor Pessoa     |
|       |       | 90                 | Matilde Bourbon   |
|       |       | 91                 | Eduarda Lopes     |
|       |       | 92                 | Catarina Cardoso  |
| P     |       | 93                 | Maria Moura       |
|       |       | 94                 | Maria Pereira     |
|       |       | 95                 | Rafaela Pires     |
|       |       | 96                 | Francisca Castro  |
|       |       | 97                 | Matilde Oliveira  |
|       | 98    | Constança Ferreira |                   |
|       | 99    | Sofia Craveiro     |                   |
| Q     | UDRZA | 100                | Pilar Brites      |
|       |       | 101                | Ema Giordimaina   |
|       |       | 102                | Clara Estriga     |
|       |       | 103                | Diana Moita       |
|       | CGA   | 104                | Maria Marques     |
|       |       | 105                | Isabele Martins   |
|       |       | 106                | Maria Gândara     |
| R     | UDRZA | 107                | Sara Pereira      |
|       |       | 108                | Iris Sequeira     |
|       |       | 109                | Eva Monserrate    |
|       |       | 110                | Vitória Crispim   |
|       |       | 111                | Victoria Ideia    |
|       |       | 112                | Carminho Pinheiro |





# 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 | PAUSA | TRA | SO |
|----------------------|----|----|-------|-----|----|
| <b>16:40</b>         | N  | O  | P     | Q   | R  |
| <b>17:05</b>         | R  | N  | O     | P   | Q  |
| <b>17:30</b>         | Q  | R  | N     | O   | P  |
| <b>17:55</b>         | P  | Q  | R     | N   | O  |
| <b>18:20</b>         | O  | P  | Q     | R   | N  |

- ✓ Às 16H35 termina o período de aquecimento geral para o 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 8 minutos de aquecimento nos aparelhos antes do início de cada rotação.
- ✓ No final da subdivisão todas as ginastas receberão uma medalha de participação



# 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 4

### INFANTIS

18H35 – 18H55– 21h00

| GRUPO | CLUBE | DORSAL | NOME                |
|-------|-------|--------|---------------------|
| S     | GCP   | 113    | ARINA ESTEVES       |
|       |       | 114    | MADALENA BAPTISTA   |
|       |       | 115    | JOANA BEÇA          |
|       |       | 116    | MARIA ALMEIDA       |
|       |       | 117    | RITA VIDEIRA        |
|       |       | 118    | MIA ALVES           |
|       |       | 119    | CLARA CALDEIRA      |
| T     | LGC   | 120    | CAROLINA SANTOS     |
|       |       | 121    | ERICA LOPES         |
|       |       | 122    | BETHÂNIA ZURZICA    |
|       |       | 123    | MARIANA ROQUE       |
|       |       | 124    | MADALENA IZATA      |
|       |       | 125    | ISABEL ALMEIDA      |
|       |       | 126    | MARIANA SILVA       |
|       |       | 127    | ZLATA YEROMENKO     |
| U     | GCP   | 128    | LUÍSA VIEIRA        |
|       |       | 129    | NICOLE CAMPOS       |
|       |       | 130    | CLARA ARAÚJO        |
|       |       | 131    | KYARA SANTOS        |
|       |       | 132    | DIANA UVA           |
|       |       | 133    | JÍLIA FAGULHA       |
|       |       | 134    | CAROLINA CASTRO     |
|       |       | 135    | MIA BENAMOU-LAURENT |
| V     | LGC   | 136    | LAURA GONÇALVES     |
|       |       | 137    | VIOLETA SILVA       |
|       |       | 138    | CARLOTA MACHADO     |
|       |       | 139    | ALICE FERNANDES     |
|       |       | 140    | ALICE RIBEIRO       |
|       |       | 141    | MARTA GUERRINHA     |
|       |       | 142    | INÊS BRAZ           |
|       |       | 143    | TAUANE TORRES       |
| W     | EGG   | 144    | CAMILA CRESPO       |
|       |       | 145    | EMA OLIVEIRA        |
|       |       | 146    | MARIA PEIXOTO       |
|       |       | 147    | FRANCISCA SILVA     |
|       |       | 148    | LUANNY GOMES        |
|       |       | 149    | BENEDITA SOUSA      |
|       |       | 150    | MATILDE PINTO       |
|       |       | 151    | CAROLINA PINTO      |
|       |       | 152    | CAROLINA SILVA      |



# 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 | PAUSA | TRA | SO |
|----------------------|----|----|-------|-----|----|
| <b>18:55</b>         | S  | T  | U     | V   | W  |
| <b>19:20</b>         | W  | S  | T     | U   | V  |
| <b>19:45</b>         | V  | W  | S     | T   | U  |
| <b>20:10</b>         | U  | V  | W     | S   | T  |
| <b>20:35</b>         | T  | U  | V     | W   | S  |

- ✓ Às 18H50 termina o período de aquecimento geral para o 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 8 minutos de aquecimento nos aparelhos antes do início de cada rotação.
- ✓ No final da subdivisão todas as ginastas receberão uma medalha de participação

