

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 Nº 0088/2023	Lisboa, 11 de maio de 2023
DISTRIBUIÇÃO: Associações Territoriais e Clubes	
ASSUNTO: Ginástica para Todos: 15º SÉNIORGYM - Festival de Ginástica, Saúde e Vida Ativa	

Exmos. Senhores,

A Federação de Ginástica de Portugal divulga o programa do 15º SÉNIORGYM - Festival de Ginástica, Saúde e Vida Ativa, que terá lugar no dia 27 de maio, na cidade de Estremoz.

PROGRAMA GERAL

09h00 – 10h30 – Receção dos grupos participantes / Acreditação

10h30 – Workshop 1

11h45 – Workshop 2

13h00 – 15h00 – Pausa para Almoço

15h30 – Desfile

16h30 – Gala SENIORGYM

18h30 – Final das atividades

ACREDITAÇÃO

O processo de acreditação decorrerá no Pavilhão Municipal de Estremoz, entre as 9h00 e as 10h30. A acreditação deverá ser feita apenas pelo dirigente ou responsável técnico da entidade.

WORKSHOPS

Os workshops serão administrados por professores creditados na atividade e terão a duração de 45 minutos.

DESFILE

No festival SENIORGYM o desfile irá ligar a Praça do Município ao Pavilhão Municipal de Estremoz (distância: 1,100 metros).

Ponto de concentração: Câmara Municipal de Estremoz (15h00).



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)



GALA SENIORGYM

Os grupos participantes no SeniorGYM estão convidados a participar na Gala SeniorGYM, sendo que as apresentações não deverão ultrapassar a duração de 5 minutos.

O desfile para a Cerimónia Protocolar na Gala será realizado imediatamente após a última atuação. Para o desfile cada clube deverá representar-se pelo porta-estandarte e mais 2 pessoas, num total de 3 pessoas por clube.

O programa específico da Gala SeniorGYM é apresentado em anexo.

SEGURO DESPORTIVO

Todas as entidades deverão ser portadoras da apólice de seguro e fazer prova do mesmo no momento da acreditação.

RESTAURAÇÃO

Apresentamos em anexo uma listagem de restaurantes que poderão ser consultados em caso de necessidade.

LOCAIS DO FESTIVAL



Pavilhão Municipal de Estremoz



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)



Vista geral da cidade de Estremoz

RESPONSÁVEIS PELO FESTIVAL

Direção Executiva – Ricardo Lima

Diretora da FGP – Alexandra Pereira

CLUBES INSCRITOS

Academia Sénior - Universidade sénior da Freguesia de Santa Iria de Azoia, São João da Talha e Bobadela

Actis - Associação Cultural da Terceira Idade de Sintra

Câmara Municipal de Évora

Centro Cultural e Recreativo do Alto do Moinho

Clube Académico da Araucária

Clube Atlético de Queluz

Ginarte

Grupo de Instrução Popular da Amoreira

Sporting Clube de Portugal

Universidade Sénior da Curia

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), 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)



WORKSHOP - Danças Tradicionais

Praça do Município

10h30 - 11h15

Entidade	Grupo
Sporting Clube de Portugal	Canarinhas/Senhoras Seleção
Sporting Clube de Portugal	Reencontros
Sporting Clube de Portugal	Dança Tradicional Portuguesa

11h45 - 12h30

Entidade	Grupo
ACTIS - Associação Cultural da Terceira Idade de Sintra - Universidade Sénior	Classe - Tai-chi
ACTIS - Associação Cultural da Terceira Idade de Sintra - Universidade Sénior	Classe - Ginástica Educativa
Grupo de Instrução Popular da Amoreira	Classe BlueGym
GINARTE	HAPPY LIFE



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)



WORKSHOP – Danças Latinas

Pavilhão Municipal de Estremoz

10h30 - 11h15

Entidade	Grupo
ACTIS - Associação Cultural da Terceira Idade de Sintra - Universidade Sénior	Classe - Tai-chi
ACTIS - Associação Cultural da Terceira Idade de Sintra - Universidade Sénior	Classe - Ginástica Educativa
Clube Académico da Araucária	Sénior Gym CAA

11h45 - 12h30

Entidade	Grupo
Academia Sénior - Universidade Sénior da Freguesia de Santa Iria de Azoia, São João da Talha e Bobadela	Ginástica Manutenção
Centro Cultural e Recreativo do Alto do Moinho	Classe Sempre Jovens
Sporting Clube de Portugal	Reencontros
Sporting Clube de Portugal	Dança Tradicional Portuguesa



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)



WORKSHOP - Zumba Praça do Pelourinho

10h30 - 11h15

Entidade	Grupo
Câmara Municipal de Évora	Seniores Ativos
Grupo de Instrução Popular da Amoreira	Classe BlueGym
Universidade Sénior da Curia	Universidade Sénior da Curia

11h45 - 12h30

Entidade	Grupo
Clube Académico da Araucária	Sénior Gym CAA
GINARTE	HAPPY LIFE
Sporting Clube de Portugal	Canarinhas/Senhoras Seleção



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)



WORKSHOP - Yoga Jardim das Piscinas Municipais

10h30 - 11h15

Entidade	Grupo
Centro Cultural e Recreativo do Alto do Moinho	Classe Sempre Jovens

11h45 - 12h30

Entidade	Grupo
Universidade Sénior da Curia	Universidade Sénior da Curia

WORKSHOP – Hidroginástica Piscinas Municipais de Estremoz

10h45 - 11h15

Entidade	Grupo
Academia Sénior - Universidade Sénior da Freguesia de Santa Iria de Azoia, São João da Talha e Bobadela	Ginástica Manutenção

11h45 - 12h30

Entidade	Grupo
Câmara Municipal de Évora	Seniores Ativos



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)



GALA SENIORGYM 2023

Pavilhão Municipal de Estremoz

Entidade

Grupo

Grupo convidado

Universidade Sénior da Curia	Universidade Sénior da Curia
Sporting Clube de Portugal	Reencontros
Grupo de Instrução Popular da Amoreira	Classe BlueGym
ACTIS - Associação Cultural da Terceira Idade de Sintra	Classe - Tai-chi
Clube Académico da Araucária	Sénior Gym CAA
Sporting Clube de Portugal	Canarinhas/Senhoras Seleção
Câmara Municipal de Évora	Seniores Ativos
Clube Atlético de Queluz	Mitos
ACTIS - Associação Cultural da Terceira Idade de Sintra	Classe - Ginástica Educativa
Centro Cultural e Recreativo do Alto do Moinho	Classe Sempre Jovens
Sporting Clube de Portugal	Dança Tradicional Portuguesa
GINARTE	Happy Life

Cerimónia Protocolar



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)



RESTAURAÇÃO

A Ribatejana

Largo General Graça n.º 41, Estremoz

268 323 656

A Talha Restaurante

Largo de Santa Catarina, n.º 12, Estremoz

268 033 960

Águias d'Ouro

Rossio Marquês de Pombal, n.º 27 e 29,

Estremoz

268 324 201

Alentejano

Rossio Marquês de Pombal, n.º 14/15,

Estremoz

268 337 300 / 268 334 590

Café Restaurante "A Bela Palha"

Avenida 9 de Abril, n.º 31, Estremoz

268 332 015

Casa das Bifanas

Rossio Marquês de Pombal, Estremoz

965 322 923

Combatentes

Portas de Santa Catarina, Prédio Militar, n.º

22, Estremoz

268 322 390

Imperador dos Caracóis

Largo de São José, n.º 10, Estremoz

268 081 020

Kimbo

Rua 31 de Janeiro, n.º 20, Estremoz

268 323 664

Pizzaria JP

Largo General Graça, n.º 48, Estremoz

268 333 777

Solar do Leão

Estrada do Caldeiro (cave), Estremoz

268 334 138

Tic tac

Rua S. Domingos, n.º 26, Estremoz

268 081 790

Zona Norte

Olival Adega do Perdigão, Lt. 6, Estremoz

268 332 540

