

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 Nº 0105/2023	Lisboa, 2 de junho de 2023
DISTRIBUIÇÃO: AT's, CA e Clubes de GAF	
ASSUNTO: Ginástica Artística Feminina: Campeonato Nacional Base	

Exmos. Senhores,

Por este meio e a esta data se enviam as devidas informações referentes à realização do Campeonato Nacional Base de Ginástica Artística Feminina (GAF), a realizar nos dias 17 e 18 de junho.

Local: Complexo Municipal de Ginástica da Maia
Avenida Altino Coelho
4470-334 Maia

Dia 17 de junho

Escalão: Seniores (Anexo 1)
1ª Subdivisão (grupos 1 a 4)
Abertura do Recinto: 9h00 (Aquecimento geral até às 9h20)
Início da Competição: 9h25
2ª Subdivisão (grupos 5 a 8)
Abertura do Recinto: 10h40 (Aquecimento geral até às 11h00)
Início da Competição: 11h05
Cerimónia protocolar: 13h00 (previsão)

Escalão: Iniciadas (Anexo 2)
1ª Subdivisão (grupos 1 a 4)
Abertura do Recinto: 14h05 (Aquecimento geral até às 14h25)
Início da Competição: 14h30
2ª Subdivisão (grupos 5 a 8)
Abertura do Recinto: 15h45 (Aquecimento geral até às 16h05)
Início da Competição: 16h10
3ª Subdivisão (grupos 9 a 12)
Abertura do Recinto: 17h55 (Aquecimento geral até às 18h15)
Início da Competição: 18h20
Cerimónia protocolar: 20h00 (previsão)

Dia 18 de junho

Escalão: Júniores (Anexo 3)
1ª Subdivisão (grupos 1 a 4)
Abertura do Recinto: 9h00 (Aquecimento geral até às 9h20)
Início da Competição: 9h25



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)



2ª Subdivisão (grupos 5 a 8)

Abertura do Recinto: 10h40 (Aquecimento geral até às 11h00)

Início da Competição: 11h05

Cerimónia protocolar: 13h00 (previsão)

Escalão: Juvenis (Anexo 4)

1ª Subdivisão (grupos 1 a 4)

Abertura do Recinto: 14h05 (Aquecimento geral até às 14h25)

Início da Competição: 14h30

2ª Subdivisão (grupos 5 a 8)

Abertura do Recinto: 15h45 (Aquecimento geral até às 16h05)

Início da Competição: 16h10

3ª Subdivisão (grupos 9 a 12)

Abertura do Recinto: 17h35 (Aquecimento geral até às 17h55)

Início da Competição: 18h00

Cerimónia protocolar: 19h45 (previsão)

Direção da competição: Direção Executiva | André Nogueira

Direção Técnica | Ana Rita Figueiredo

Júri de apelo:

Vice-Presidente FGP | A definir

Presidente do CA | Pedro Lopes

INFORMAÇÕES

1. Participação em competição e 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 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. Organização da competição

- As ginastas só poderão entrar no recinto, para iniciar o aquecimento, 10' antes da hora indicada para início do aquecimento geral;
- Há um período de aquecimento geral de 20' num praticável (rolos) fora da zona de competição:



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)



- 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 juízes, antes de se dar início ao aquecimento específico.
 - As ginastas terão 6' 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 14 de junho (4^a-feira) para andre.nogueira@ginastica.org
6. Músicas:
As músicas têm de ser enviadas por wetransfer até ao dia 14 de junho (4^a-feira), 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.
7. Cerimónias protocolares:
- As cerimónias protocolares realizam-se com o fato de treino do clube;
 - 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.
 - Não é necessária a utilização de estandarte.
8. 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), 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)



9. Clubes Participantes (#30):

ACMaia	Acro Clube da Maia
AGJD	Associação de Ginástica Júlio Dinis
AGLo	AGL - Academia de Ginástica de Lousada
AGT	Associação Gimnochamps de Tavira
BCAGYM	BARCAGYM - Associação Desportiva
BFC	Boavista Futebol Clube - Dpto. Ginástica
CA4	CLUBE A4
CARTI	Clube Artigym
CBP	CBP2012 - Basquetebol Clube de Penafiel
CDAQ	Clube Desportivo Antero de Quental
CDFP	CDFP - Clube Desportivo Foz Porto
CDN	Clube Desportivo Nacional
CGA	Clube de Ginástica de Almada
CGE	Associação Clube de Ginástica de Évora - C.G.E.
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
CNA	Clube Náutico de Abrantes
EGGaia	Escola de Ginástica de Gaia - CRL
EGYM	Évora Ginásio Clube - EGYM
FCG	Futebol Clube de Gaia
GCM	Ginásio Clube da Maia
GCP	Ginásio Clube Português
GDAZ	Grupo Desportivo de Azambuja
LGC	Lisboa Ginásio Clube
SpCP	Sport Club do Porto
UDRZA	União Desportiva Recreativa Zona Alta
VDA	VDA - Villa Desportiva do Ave, CRL

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

SENIORES

9h00 – 9h25 – 13h00

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	ST	PA	TR	SO
1	CARTI	224	Diana Peixoto	x	x	x	x
	CDN	225	Constança Caetano	x	x	x	x
	Eq. GCM	226	Francisca Viegas	x	x	x	x
		227	Carolina Oliveira	x	x	x	x
		228	Francisca Pereira	x	x	x	x
		229	Ana Cardoso	x	x	x	x
		230	Filipa Marques	x	x	x	x
2	CA4	231	Raquel Silva				x
	CGOB	232	Patricia Mayor	x		x	
		233	Matilde André		x		
	CDAQ	234	Adriana Trabuco	x	x	x	x
	Eq. SpCP	235	Sofia Monteiro	x	x	x	x
		236	M ^a . Madalena Pinheiro	x	x	x	x
		237	Filipa Sampaio	x	x	x	x
		238	Beatriz Soares	x	x	x	x
		239	Helena Martins	x	x	x	x
Ind. SpCP	240	Sofia Neto	x	x	x	x	
3	ACMaia	241	Maria Rodrigues	x	x	x	x
		242	Fabiana Andrade	x	x	x	x
	Eq. BFC	243	M ^a . Teresa Magalhães	x	x	x	x
		244	Carolina Oliveira	x	x	x	x
		245	Bárbara Castanho	x	x	x	x
		246	Ana Caspurro	x	x	x	x
		247	Ana Santos	x	x	x	x
4	FCG	248	Leonor Costa	x	x	x	x
		249	Matilde Mendes	x	x	x	x
	Eq. CGG	250	Matilde Marques	x	x	x	x
		251	Maria Pinto	x	x	x	x
		252	Margarida Leitão	x	x	x	x
		253	Penélope Ribeiro	x	x	x	x
		254	Mariana Postiga	x	x	x	x



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)



(Continuação)

10h40 – 11H05 – 13h00

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	ST	PA	TR	SO
5	Eq. CGF	255	Leonor Fernandes	x	x	x	x
		256	Maria Fernandes	x	x	x	x
		257	Bia Simões	x	x	x	x
		258	Matilde Rodrigues	x	x	x	x
	AGT	259	Andreia Vieira	x	x	x	x
		260	Ana Calado	x			x
		261	Beatriz Moreira	x	x	x	x
		262	Soraia Pilar			x	
EGYM	263	Beatriz Espada	x	x	x	x	
6	CGE	264	Erica Mira	x	x	x	x
	CGA	265	Rita Barreiros	x	x	x	x
	Eq. CNA	266	Margarida Silva	x	x	x	x
		267	Madalena Nunes	x	x	x	x
		268	Flor Cruz	x	x	x	x
		269	Iara Gonçalves	x	x	x	x
	270	Maria Horta	x	x	x	x	
7	AGLo	271	Carolina Cunha	x	x	x	x
	CBP	272	Verónica Dulina	x	x	x	x
	CLAC	273	Beatriz Mendes	x	x	x	x
	Eq. GCP	274	Marta Mestre	x	x	x	x
		275	Sara Aguilár	x	x	x	x
		276	Maria Neves	x	x	x	x
	277	Rita Cerqueira	x	x	x	x	
8	Eq. LGC	278	Maria Vicente	x	x	x	x
		279	Ana Leonor Botelho	x	x	x	x
		280	M ^a Matilde Casanova	x	x	x	x
		281	Madalena Silva	x	x	x	x
		282	Sara Nunes	x	x	x	x
	UDRZA	283	Maria Faria	x	x	x	x
284		Matilde Moita	x	x	x	x	



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	TR	SO
09:25	1	2	3	4
09:50	4	1	2	3
10:15	3	4	1	2
10:40	2	3	4	1
11:05	5	6	7	8
11:30	8	5	6	7
11:55	7	8	5	6
12:20	6	7	8	5

- ✓ Às 9h20 termina o período de aquecimento geral, da 1ª subdivisão, para desfile das ginastas e início da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ Às 11h00 termina o período de aquecimento geral, da 2ª subdivisão, para desfile das ginastas e continuação da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ A competição da GAF terá início às 9h25 com os grupos 1 a 4, na 5ª rotação entram em competições os grupos 5 a 8. As ginastas entram para a competição no momento da transição de aparelho na competição da GAF.
- ✓ 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 6 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)



ANEXO 2

INICIADAS

14h05 – 14H30 – 20h00

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	ST	PA	TR	SO
1	Eq. CGF	1	Camila D'Assunção	x	x	x	x
		2	Matide Cristina	x	x	x	x
		3	Mariana Mariano	x	x	x	x
		4	Ariana Shyichuk	x	x	x	x
		5	Camila Reis	x	x	x	x
	CGE	6	Marta Vieira	x	x	x	x
		7	Luísa Lourenço	x	x	x	x
2	Eq. ACMaia	8	Rita Gonçalves	x	x	x	x
		9	Maria Lopes	x	x	x	x
		10	Cecilia Sousa	x	x	x	x
		11	Maria Verde	x	x	x	x
		12	Raphaelle Buttin	x	x	x	x
	CA4	13	Carolina Gaspar	x	x	x	x
LGC	14	Alice Fernandes	x	x	x	x	
3	Eq. CGG	15	Francisca Castro	x	x	x	x
		16	Lara Martins	x	x	x	x
		17	Carolina Beirão	x	x	x	x
		18	Maria Moura	x	x	x	x
		19	Rafaela Pires	x	x	x	x
	Ind. CGG	20	Inês Gonçalves	x	x	x	x
21		Margarida Pinto	x	x	x	x	
4	EGGaia	22	Ema Cerqueira	x	x	x	x
		23	Maria Vieira	x	x	x	x
	Eq. UDRZA	24	Eva Monserrate	x	x	x	x
		25	Carminho Pinheiro	x	x	x	x
		26	Ema Giordimaina	x	x	x	x
		27	Diana Moita	x	x	x	x
28	Carolina Marreiros	x	x	x	x		



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)



(Continuação)

15h45 – 16H10 – 20h00

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	ST	PA	TR	SO
5	AGT	29	Jessica Pilar	x	x	x	x
		30	Victória Martins		x		x
		31	Margarida Oliveira			x	
	Eq. CARTI	32	Maria Santos	x	x	x	x
		33	Ana Fernandes	x	x	x	x
		34	Ariana Cunha	x	x	x	x
		35	Ana Pimenta	x	x	x	x
36	Mara	x	x	x	x		
6	Eq. GCP	37	Carolina Adrega	x	x	x	x
		38	Maria Henriques	x	x	x	x
		39	Rita Videira	x	x	x	x
		40	Benedita Rocha	x	x	x	x
	41	Rita Botte	x	x	x	x	
	Ind. GCP	42	Teresa Araújo	x	x	x	x
VDA	43	Mel Dias	x	x	x	x	
7	AGJD	44	Mafalda Lopes			x	
	Eq. CGA	45	Nur Brito	x	x	x	x
		46	Clara Namora	x	x	x	x
		47	Mariana Afonso	x	x	x	x
		48	Matilde Silva	x	x	x	x
	49	Clara Queluz	x	x	x	x	
CGOB	50	Lara Silva		x			
	51	Lara Semedo	x	x	x	x	
8	Eq. CGTN	52	Laura Correia	x	x	x	x
		53	Leonor Corceiro	x	x	x	x
		54	Mariana Santos	x	x	x	x
		55	Rita Rodrigues	x	x	x	x
		56	Leonor Gonçalves	x	x	x	x
	CDN	57	Sofia Lazareva	x	x	x	x
		58	Maria Marques		x		x



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)



(Continuação)

17h55 – 18H20 – 20h00

GRUPO	CLUBE	Dorsal	Nome	ST	PA	TR	SO
9	Eq. CBP	59	Maria Ferreira	x	x	x	x
		60	Clara Pacheco	x	x	x	x
		61	Mafalda Moreira	x	x	x	x
		62	Matilde Teixeira	x	x	x	x
		63	Rafaela Sousa	x	x	x	x
	CLAC	64	Maria Leitão	x	x	x	x
10	BCAGYM	65	Laura Rocha	x	x	x	x
	Eq. SpCP	66	Carlota Gonçalves	x	x	x	x
		67	Carolina Pinto	x	x	x	x
		68	Matilde Branco	x	x	x	x
		69	Ana Almeida	x	x	x	x
		70	Erika Rodrigues	x	x	x	x
11	Eq. FCG	71	Eva Túlio	x	x	x	x
		72	Bruna Correia	x	x	x	x
		73	Carlota Queirós	x	x	x	x
		74	Sofia Cartucho	x	x	x	x
		75	Madalena Gouveia	x	x	x	x
	GDAZ	76	Alice Silva	x	x	x	x
12	Eq. BFC	77	Sara Costa	x	x	x	x
		78	Maria Monteiro	x	x	x	x
		79	Laura Neto	x	x	x	x
		80	Rita Martins	x	x	x	x
		81	Leonor Albuquerque	x	x	x	x
	CDAQ	82	Madalena Borges	x	x	x	x



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	TR	SO
14:30	1	2	3	4
14:55	4	1	2	3
15:20	3	4	1	2
15:45	2	3	4	1
16:10	5	6	7	8
16:35	8	5	6	7
17:00	7	8	5	6
17:25	6	7	8	5
PAUSA				
18:20	9	10	11	12
18:45	12	9	10	11
19:10	11	12	9	10
19:35	10	11	12	9

- ✓ Às 14h25 termina o período de aquecimento geral, da 1ª subdivisão, para desfile das ginastas e início da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ Às 16h05 termina o período de aquecimento geral, da 2ª subdivisão, para desfile das ginastas e continuação da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ A competição da GAF terá início às 14h30, com os grupos 1 a 4, na 5ª rotação entram em competição os grupos 5 a 8. As ginastas entram para a competição no momento da transição de aparelho na competição da GAF.
- ✓ No momento de PAUSA realiza-se uma cerimónia protocolar da competição de GAM.
- ✓ Às 18h15 termina o período de aquecimento geral, da 3ª subdivisão, para desfile das ginastas e continuação da competição 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 6 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)



ANEXO 3

JUNIORES

9h00 – 9h25 – 13h00

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	ST	PA	TR	SO
1	AGJD	161	Lurdes Silva	x	x	x	x
	Eq. BFC	162	Raquel Carvalho	x	x	x	x
		163	Rita Marques	x	x	x	x
		164	Rita Ramos	x	x	x	x
		165	Inês Teixeira	x	x	x	x
		166	Maria Frazão	x	x	x	x
	CGOB	167	Bárbara Ferreira	x	x	x	x
		168	Matilde Mónica	x	x	x	x
2	BCAGYM	169	Leonor Gonçalves	x	x	x	x
	CDAQ	170	Raquel Cardoso	x	x	x	x
	CDAQ	171	Nicole Pastor	x	x	x	x
	Eq. SpCP	172	Mariana Bateira	x	x	x	x
		173	Maria Fráguas	x	x	x	x
		174	Rita Silva	x	x	x	x
		175	Clara Serra	x	x	x	x
176	Mariana D'Almeida	x	x	x	x		
3	CA4	177	Camilla Melo	x	x	x	x
	Eq. FCG	178	Beatriz Pina	x	x	x	x
		179	Leonor Teixeira	x	x	x	x
		180	Diana Guedes	x	x	x	x
		181	Diana Semblano	x	x	x	x
	182	Rita Almeida	x	x	x	x	
GCM	183	Ana Lameira	x	x	x	x	
4	ACMaia	184	Ana Ribeiro	x	x	x	x
		185	Sophia Campos	x	x	x	x
	Eq. CGG	186	Leonor Pereira	x	x	x	x
		187	Leonor Silva	x	x	x	x
		188	Ariana Gonçalves	x	x	x	x
		189	Joana Couto	x	x	x	x
190	Íris Oliveira	x	x	x	x		



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)



(Continuação)

10h40 – 11H05 – 13h00

GRUPO	CLUBE	Dorsal	Nome	ST	PA	TR	SO
5	AGT	191	Marta Figueiredo	x			
		192	Madalena Relego	x	x	x	x
		193	Gabriela Azevedo				x
	GDAZ	194	Sara Guerra	x	x	x	x
		195	Joana Jerónimo	x	x	x	x
	Eq. UDRZA	196	Beatriz Calado	x	x	x	x
		197	Rita Zeferino	x	x	x	x
		198	Maria Carmo	x	x	x	x
199		Riana Grecu	x	x	x	x	
6	GCP	200	Ana Santos	x	x	x	x
		201	Maria Kachimbali	x	x	x	x
		202	Cayetana Rosa	x	x	x	x
	Eq. LGC	203	Catarina Marques	x	x	x	x
		204	Barbara Rafael	x	x	x	x
		205	Maria Ferreira	x	x	x	x
		206	Inês Nobre	x	x	x	x
207	Manuela Oliveira	x	x	x	x		
7	CGF	208	Sofia Simões	x	x	x	x
	CLAC	209	Carlota Duque	x	x	x	x
	Eq. CARTI	210	Margarida Santos	x	x	x	x
		211	Lara Pereira	x	x	x	x
		212	Dara Ribeiro	x	x	x	x
		213	Matilde Carvalho	x	x	x	x
		214	Lara Quintela	x	x	x	x
CGA	215	Carolina Lopes	x	x	x	x	
8	CDN	216	Maria Aguiar	x	x	x	x
		217	Branca Aguiar	x	x	x	x
	CNA	218	Diana Gil	x	x	x	x
	Eq. EGYM	219	Carolina Fernandes	x	x	x	x
		220	Iara Casquinha	x	x	x	x
		221	Lara Gervásio	x	x	x	x
		222	Mafalda Carvalho	x	x	x	x
223		Sara Nascimento	x	x	x	x	



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	TR	SO
09:25	1	2	3	4
09:50	4	1	2	3
10:15	3	4	1	2
10:40	2	3	4	1
11:05	5	6	7	8
11:30	8	5	6	7
11:55	7	8	5	6
12:20	6	7	8	5

- ✓ Às 9h20 termina o período de aquecimento geral, da 1ª subdivisão, para desfile das ginastas e início da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ Às 11h00 termina o período de aquecimento geral, da 2ª subdivisão, para desfile das ginastas e continuação da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ A competição da GAF terá início às 9h25 com os grupos 1 a 4, na 5ª rotação entram em competições os grupos 5 a 8. As ginastas entram para a competição no momento da transição de aparelho na competição da GAF.
- ✓ 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 6 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)



ANEXO 4

JUVENIS

14h05 – 14H30 – 19h45

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	ST	PA	TR	SO
1	AGLo	83	Inês Freitas	x	x	x	x
	Eq. SpCP	84	Matilde Ferreira	x	x	x	x
		85	Júlia Monteiro	x	x	x	x
		86	Matilde Barbosa	x	x	x	x
		87	Ana Sousa	x	x	x	x
		88	Sophia Hayre	x	x	x	x
2	CDAQ	89	Maria Mota	x	x	x	x
		90	Serena Pereira	x	x	x	x
	Eq. UDRZA	91	Maria Gameiro	x	x	x	x
		92	Kayla Rosa	x	x	x	x
		93	Dalila Pedro	x	x	x	x
		94	Matilde Lopes	x	x	x	x
95	Inês Passos	x	x	x	x		
3	CJOB	96	Margarida Dias	x	x	x	x
		97	Diana Alves	x	x	x	x
		98	Margarida Santos	x	x	x	x
	CDN	99	Valerie Nóbrega	x	x	x	x
	GDAZ	100	Maria Fonseca	x	x	x	x
101		Alice Matos	x	x	x	x	
4	AGT	102	Brunna Rito	x	x	x	x
	Eq. EGYM	103	Beatriz Duarte	x	x	x	x
		104	Maria Carvalho	x	x	x	x
		105	Maria Murteira	x	x	x	x
		106	Margarida Fortunato	x	x	x	x
		107	Margarida Borges	x	x	x	x



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)



(Continuação)

15h45 – 16H10 – 19h45

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	ST	PA	TR	SO
5	Eq. GCP	108	Marta Videira	X	X	X	X
		109	Beatriz Santos	X	X	X	X
		110	Filipa Parente	X	X	X	X
		111	Mariana Machado	X	X	X	X
		112	Maria Santos	X	X	X	X
	Ind. GCP	113	Júlia Pissarra	X	X	X	X
114		Elizabeth Zherebna	X	X	X	X	
6	Eq. FCG	115	Ana Pina	X	X	X	X
		116	Laura Costa	X	X	X	X
		117	Inês Costa	X	X	X	X
		118	Sofia Rêgo	X	X	X	X
		119	Sofia Cardoso	X	X	X	X
	Ind. FGC	120	Nicole Ribeiro	X	X	X	X
121		Leonor Amadeu	X	X	X	X	
7	BCAGYM	122	Sara Almeida		X		
		123	Lara Rebelo	X	X	X	X
	CLAC	124	Maria Moreira	X	X	X	X
	Eq. CGA	125	Olivia Ribeiro	X	X	X	X
		126	Mariana Carvalho	X	X	X	X
		127	Inês Bordallo-Pinheiro	X	X	X	X
		128	Madalena Ribeiro	X	X	X	X
129		Alice Pinhal	X	X	X	X	
8	AGJD	130	Inês Santos	X	X	X	X
	Eq. CARTI	131	Maria Matias	X	X	X	X
		132	Leonor Santos	X	X	X	X
		133	Ariana Leite	X	X	X	X
		134	Maria Dias	X	X	X	X
		135	Eva Sousa	X	X	X	X
	CA4	160	Sofia Justo	X	X	X	X



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)



(Continuação)

17h35 – 18H00 – 19h45

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	ST	PA	TR	SO
9	Eq. CGG	136	Laís Pereira	x	x	x	x
		137	Clara Carvalho	x	x	x	x
		138	Lia Oliveira	x	x	x	x
		139	Débora Pires	x	x	x	x
	140	Margarida Leite	x	x	x	x	
	VDA	141	Inês Maia	x	x	x	x
10	Eq. CBP	142	Joana Câmara	x	x	x	x
		143	Maria Leal	x	x	x	x
		144	Luísa Marques	x	x	x	x
		145	Maria Ribeiro	x	x	x	x
	146	Iara Rocha	x	x	x	x	
	CDFP	147	Maria Gebhard	x	x	x	x
11	Eq. BFC	148	Eva Fraga	x	x	x	x
		149	Ana Cunha	x	x	x	x
		150	Marta Carvalho	x	x	x	x
		151	Teresa Cunha	x	x	x	x
	152	Alice Telinhos	x	x	x	x	
	EGGaia	153	Beatriz	x	x	x	x
12	Eq. ACMaia	154	Eva Silva	x	x	x	x
		155	Ana Miranda	x	x	x	x
		156	Beatriz Capela	x	x	x	x
		157	Sofia Soares	x	x	x	x
	158	Maria Marques	x	x	x	x	
	Ind. ACMaia	159	Beatriz Gonçalves	x	x	x	x



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	TR	SO
14:30	1	2	3	4
14:55	4	1	2	3
15:20	3	4	1	2
15:45	2	3	4	1
16:10	5	6	7	8
16:35	8	5	6	7
17:00	7	8	5	6
17:25	6	7	8	5
PAUSA				
18:00	9	10	11	12
18:25	12	9	10	11
18:50	11	12	9	10
19:15	10	11	12	9

- ✓ Às 14h25 termina o período de aquecimento geral, da 1ª subdivisão, para desfile das ginastas e início da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ Às 16h05 termina o período de aquecimento geral, da 2ª subdivisão, para desfile das ginastas e continuação da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ A competição da GAF terá início às 14h30, com os grupos 1 a 4, na 5ª rotação entram em competição os grupos 5 a 8. As ginastas entram para a competição no momento da transição de aparelho na competição da GAF.
- ✓ Às 17h55 termina o período de aquecimento geral, da 3ª subdivisão, para desfile das ginastas e continuação da competição 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 6 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 0106/2023	Lisboa, 2 de junho de 2023
DISTRIBUIÇÃO: AT's, CA e Clubes de GAM	
ASSUNTO: Ginástica Artística Masculina: Campeonato Nacional Base	

Exmos. Senhores,

Por este meio e a esta data se enviam as devidas informações referentes à realização do Campeonato Nacional Base de Ginástica Artística Masculina (GAM), a realizar nos dias 17 e 18 de junho.

Local: Complexo Municipal de Ginástica da Maia
Avenida Altino Coelho
4470-334 Maia

Dia 17 de junho

Escalão: Iniciados e Júniores (Anexo 1)
Abertura do Recinto: 9h25 (Aquecimento até às 9h45)
Início da Competição: 9h50
Cerimónia protocolar: 13h00 (previsão)

Escalão: Juvenis e Seniores (Anexo 2)
Abertura do Recinto: 14h05 (Aquecimento até às 14h25)
Início da Competição: 14h30
Cerimónia protocolar: 18h00 (previsão)

Direção da competição: Direção Executiva | André Nogueira
Direção Técnica | Pedro Sebastião
Júri de apelo: Vice-Presidente FGP | A definir
Presidente do CA | Pedro Lopes



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. Participação em competição e 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 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. Organização da competição

- Os ginastas só poderão entrar no recinto, para iniciar o aquecimento, 10' antes da hora indicada para início do aquecimento geral;
- Há um período de aquecimento geral de 20' num praticável (rolos) fora 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 das juizes, antes de se dar início ao aquecimento específico.
- Os ginastas terão 6' 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 os ginastas vão realizar, preenchendo a ficha inscrição (anexa). Informação a ser enviada até ao dia 14 de junho (4ª-feira) para andre.nogueira@ginastica.org

6. Cerimónias protocolares:

- As cerimónias protocolares realizam-se com o fato de treino do clube;
- 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.



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)



- Não é necessária a utilização de estandarte.

7. 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/>.

8. Clubes Participantes (#16):

AGT	Associação Gimnochamps de Tavira
CA4	CLUBE A4
CARTI	Clube Artigym
CBP	CBP2012 - Basquetebol Clube de Penafiel
CDN	Clube Desportivo Nacional
CGA	Clube de Ginástica de Almada
CGE	Associação Clube de Ginástica de Évora - C.G.E.
CGF	ACROBATIKDAYS - Clube Ginástica de Fátima
CGG	GUIMAGYM-Clube de Ginástica de Guimarães
CGTN	CGTN - Clube de Ginástica de Torres Novas
CNA	Clube Náutico de Abrantes
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), 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

INICIADOS E JUNIORES

9h25 – 9h50 – 13h00

GRUPO	ESCALÃO	CLUBE	DORSAL	NOME
1	Iniciados	Eq. SpCP	1	Pedro Pereira
			2	João Soares
			3	Tiago Teixeira
			4	Gonçalo Carção
			5	Tomás Marvão
		Ind. SpCP	6	Miguel Freitas
2	Iniciados	Eq. GCP	7	Rafael Varela
			8	Gustavo Correia
			9	João Freitas
			10	Francisco Antunes
	Juniors	Eq. GCP	11	Tiago Rocha
			12	André Marques
3	Iniciados	CGF	14	João Almeida
			15	Lucas Ramos
		Eq. CGA	16	Francisco Andrade
			17	Francisco Peres
	Juniors	CGA	18	Martim Silva
			19	Tomás Ribeiro
4	Iniciados	Eq. CNA	20	Rúben Silva
			21	Vasco Fernandes
			22	Tiago Botequilha
			23	Salvador Gomes
			24	Diogo Fontes
	Juniors	CBP	25	Rodrigo Rocha



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)



(continuação)

GRUPO	ESCALAO	CLUBE	DORSAL	NOME
5	Iniciados	CDN	26	Martim Faria
	Juniore	CDN	27	João Sousa
		Eq. CNA	28	Simão Santiago
			29	João Batista
			30	Tiago Vasco
			31	Miguel Pereira
6	Iniciados		UDRZA	32
	Juniore	Eq. GCM	33	Tomás Martins
			34	David Lameira
			35	Dário Amaral
			36	Miguel Graça
		CGG	37	Arthur Megda
7	Iniciados	AGT	38	Sérgio Alves
		CGTN	39	Rodrigo Martins
		CARTI	40	Miguel Duarte
	Juniore	CGTN	41	Afonso Inácio
		CARTI	42	Gustavo Fernandes
			43	João Oliveira



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	PAUSA
09:50	1	2	3	4	5	6	7
10:15	7	1	2	3	4	5	6
10:40	6	7	1	2	3	4	5
11:05	5	6	7	1	2	3	4
11:30	4	5	6	7	1	2	3
11:55	3	4	5	6	7	1	2
12:20	2	3	4	5	6	7	1

- ✓ Às 9h45 termina o período de aquecimento geral para a início da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ A competição da GAF terá início às 9h25, devendo a primeira rotação da GAM coincidir com a 2ª da GAF (9h50). Os ginastas entram para a competição no momento da transição de aparelho na competição da GAF.
- ✓ 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 6 minutos de aquecimento nos aparelhos antes do início de cada rotação.
- ✓ A rotação de "PAUSA" realiza-se no praticável de aquecimento



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

JUVENIS E SENIORES

14h05 – 14h30– 17h55

GRUPO	ESCALÃO	CLUBE	DORSAL	NOME
1	Juvenis	Eq. GCM	44	Mateus Polónia
			45	David Barbosa
			46	Diogo Rodrigues
	Seniores	Eq. GCM	47	André Andrade
			48	Eduardo Peneda
			49	José Barros
			50	Marco Gomes
2	Juvenis	Eq. GCP	51	Diogo Pereira
			52	João Belém
			53	Bartolomeu Feliz
			54	Francisco Morgado
			55	Francisco Loureiro
	Seniores	CGG	56	Afonso Lopes
			57	Francisco Rodrigues
3	Juvenis	Eq. CGF	58	Matias Vilarinho
			59	Francisco Oliveira
			60	David Neto
			61	Duarte Oliveira
			62	Santiago Filipe
	Seniores	CGA	63	Oleksandre Shyichuk
			64	Diogo Cerveira
4	Juvenis	CGTN	65	Bremer Pereira
			66	Paulo Borges
	Seniores	Eq. CGTN	67	Tomás Ferreira
			68	João Maia
			69	Roberto Mota
		CDN	70	Rúben Rama
			71	Afonso Bonito
72	Sérgio Alves			



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)



(continuação)

GRUPO	ESCALAO	CLUBE	DORSAL	NOME
5	Juvenis	CGE	73	Manuel Vieira
		Eq. CNA	74	Francisco Ganhão
			75	Miguel Dias
			76	Vasco Felício
	Seniores	CGE	77	André Pisco
		Eq. CNA	78	Diogo Gil
79			Rafael Duarte	
80	Miguel Silva			
6	Juvenis	CA4	81	Guilherme Martins
		Eq. CARTI	82	João Esteves
			83	Henrique Mendonça
			84	Francisco Marcolino
	85	Guilherme Marcolino		
Seniores	CA4	86	José Santos	
7	Juvenis	Eq. LGC	87	Pedro Gomes
			88	Rodrigo Pinheiro
			89	Marc Barybine
		Eq. SpCP	90	Vicente Vieira
			91	Francisco Gonçalves
	92	Miguel Oliveira		
Seniores	SpCP	93	Pedro Pinto	



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	PAUSA
14:30	1	2	3	4	5	6	7
14:55	7	1	2	3	4	5	6
15:20	6	7	1	2	3	4	5
15:45	5	6	7	1	2	3	4
16:10	4	5	6	7	1	2	3
16:35	3	4	5	6	7	1	2
17:00	2	3	4	5	6	7	1

- ✓ Às 14h25 termina o período de aquecimento geral para a início da competição 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 6 minutos de aquecimento nos aparelhos antes do início de cada rotação.
- ✓ A rotação de "PAUSA" realiza-se no praticável de aquecimento
- ✓ Cerimónia protocolar realiza-se após 8ª rotação da competição feminina (previsão 17h55)

