

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 Nº 0084/2025	Lisboa, 28 de maio de 2025
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) nos dias 14 e 15 de junho.

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

Dia 14 de junho

Escalão: Juniores e Seniores (Anexo 1)
Abertura do Recinto: 14h35 (Aquecimento até às 14h20)
Início da Competição: 15h00
Cerimónia protocolar: 18h30 (previsão)

Dia 15 de junho

Escalão: Juvenis (Anexo 2)
Abertura do Recinto: 9h15 (Aquecimento até às 9h35)
Início da Competição: 9h40
Cerimónia protocolar: 12h45 (previsão)

Escalão: Iniciados (Anexo 3)
Abertura do Recinto: 14h15 (Aquecimento até às 14h35)
Início da Competição: 14h40
Cerimónia protocolar: 17h45 (previsão)

Direção da competição: Direção Executiva | André Nogueira
Direção Técnica | Miguel Marques
Júri de apelo: Vice-Presidente FGP | A definir
CA | 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), 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/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 um 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.
- Delegados dos clubes têm lugar reservado na bancada do lado oposto à bancada de público;

2. Organização da competição

- 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.

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 9 de junho (2ª-feira) para andre.nogueira@ginastica.org

6. 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.
- Apenas participam os ginastas/equipas medalhadas;
- 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), 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)

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/>.
- Este evento não terá transmissão na Ginástica TV

8. Clubes Participantes (#18):

ADA	Associação Desportiva de Aveiro "Os Amigos da Ginástica"
CGF	ACROBATIKDAYS - Clube Ginástica de Fátima
ACGB	Artigym Clube de Ginástica de Braga
CGE	Associação Clube de Ginástica de Évora - C.G.E.
AGT	Associação Gimnochamps de Tavira
CGTN	CGTN - Clube de Ginástica de Torres Novas
CLAC	CLAC - Clube de Lazer, Aventura e Competição
CA4	CLUBE A4
CGA	Clube de Ginástica de Almada
CDN	Clube Desportivo Nacional
CNA	Clube Náutico de Abrantes
GCM	Ginásio Clube da Maia
GCP	Ginásio Clube Português
CGG	GUIMAGYM-Clube de Ginástica de Guimarães
LGC	Lisboa Ginásio Clube
SpCP	Sport Club do Porto
UDRZA	União Desportiva Recreativa Zona Alta

Sem outro assunto de momento, apresentamos os nossos melhores cumprimentos e subscrevemo-nos,

O Diretor Técnico

André Nogueira



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

JUNIORES & SENIORES

14h35 – 15h00 – 18h30

GRUPO	CLUBE	ESCALAO	DORSAL	NOME	DN	SO	CA	ARG	ST	PS	BF
1	CGF	Eq. Jun	72	David Neto	2008	X	X	X	X	X	X
			73	Duarte Oliveira	2008	X	X	X	X	X	X
			74	Santiago Filipe	2009	X	X	X	X	X	X
			75	Oleksandre Shyichuk	2009	X	X	X	X	X	X
	SpCP	Eq. Sen	90	André Alves	1992	X	X	X	X	X	X
			91	Gabriel Costa	1995	X	X	X	X	X	X
			92	João Costa	2000	X	X	X	X	X	X
2	CGTN	Juniore	76	Paulo Borges	2009	X	X	X	X	X	X
	CGA		77	João Gonçalves	2008	X	X	X	X	X	X
			78	João Teixeira	2008	X	X	X	X	X	X
		93	Rui Gonçalves	1996	X	X	X	X	X	X	
		94	Diogo Cerveira	2003	X	X	X	X	X	X	
	95	Bremer Pereira	2001	X	X	X	X	X	X		
	CDN	Seniores	96	João Sousa	2005	X	X	X	X	X	X
3	ACGB	Juniore	79	João Esteves	2009	X	X	X	X	X	X
	CNA	Eq. Jun	80	Miguel Dias	2009	X	X	X	X	X	X
			81	João Batista	2007	X	X	X	X	X	X
			82	Afonso Calado	2007	X	X	X	X	X	X
			83	Gabriel Silva	2008	X	X	X	X	X	X
	CA4	Juniore	84	Guilherme Martins	2008	X	X	X	X	X	X
		SO	97	André Macedo	1986	X	X	X	X	X	X
4	GCP	Eq. Jun	85	Bartolomeu Feliz	2009	X	X	X	X	X	X
			86	Afonso Lopes	2009	X	X	X	X	X	X
			87	Henrique Lopes	2009	X	X	X	X	X	X
		Eq. Sen	98	Miguel Simões	2002	X	X	X	X	X	X
			99	Rodrigo Vintém	2005	X	X	X	X	X	X
			100	Fábio Tomé	2004	X	X	X	X	X	X
5	CNA	Eq. Sen	101	Diogo Gil	2001	X	X	X	X	X	X
			102	Tiago Vasco	2006	X	X	X	X	X	X
			103	Miguel Silva	2005	X	X	X	X	X	X
			104	Miguel Pereira	2005	X	X	X	X	X	X
			105	Rodrigo Silva	2006	X	X	X	X	X	X
			106	João Mendes	2005	X	X	X	X	X	X
	CGE	Seniores	107	André Pisco	2003	X	X	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), 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)

6	GCM	Juniões	88	Mateus Polónia	2008	X			X	X	X
			89	Diogo Rodrigues	2008	X			X	X	X
		Eq. Sen	108	Francisco Noevo	2004	X	X	X	X	X	X
			109	Diogo Batista	1999	X	X	X	X	X	X
			110	Tomás Martins	2005	X		X	X	X	X
			111	José Barros	1962	X	X	X	X	X	X
			112	Dário Amaral	2006	X	X	X	X	X	X
			113	Miguel Graça	2006	X	X	X	X	X	X

AQUECIMENTO & COMPETIÇÃO

Aparelhos e horários	SO	CA	ARG	ST	PS	BF
15:00	1	2	3	4	5	6
15:30	6	1	2	3	4	5
16:00	5	6	1	2	3	4
16:30	4	5	6	1	2	3
17:00	3	4	5	6	1	2
17:30	2	3	4	5	6	1

- ✓ Às 14h55 termina o período de aquecimento geral para o início da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ A competição da GAF terá início às 14h25, devendo a primeira rotação da GAM coincidir com a 2ª da GAF (15h00). 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.
- ✓ Cerimónia protocolar realiza-se após 8ª rotação da competição feminina (previsão 18h30)



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

JUVENIS

9h05 – 9h30 – 13h00

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN	SO	CA	ARG	ST	PS	BF
1	Eq. CNA	47	Santiago Silva	2012	X	X	X	X	X	X
		48	Rúben Silva	2011	X	X	X	X	X	X
		49	Tiago Botequilha	2011	X	X	X	X	X	X
		50	Salvador Gomes	2012	X	X	X	X	X	X
2	CLAC	51	Liviu Stambol	2011	X	X	X	X	X	X
	Eq. CGE	52	Manuel Vieira	2010	X	X	X	X	X	X
		53	Francisco Godinho	2012	X	X	X	X	X	X
		54	Manuel Antunes	2011	X	X	X	X	X	X
3	Eq. SpCP	55	Pedro Pereira	2011	X	X	X	X	X	X
		56	Miguel Oliveira	2010	X	X	X	X	X	X
		57	Tiago Teixeira	2012	X	X	X	X	X	X
		58	Gonçalo Carção	2012	X	X	X	X	X	X
4	AGT	59	Sérgio Alves	2012	X	X	X	X	X	X
	CGTN	60	Rodrigo Martins	2012	X	X	X	X	X	X
	GCM	61	Rafael Ferrão	2012	X	X	X	X	X	X
	AGT	114	Francisco Santos*	2014	X	X	X	X	X	X
		115	Dinis Rodrigues*	2012	X	X	X	X	X	X
5	Eq. CGF	62	Francisco Oliveira	2010	X	X	X	X	X	X
		63	João Almeida	2011	X	X	X	X	X	X
		64	Lucas Oliveira	2010	X	X	X	X	X	X
		65	Vasyl Chorney	2010	X	X	X	X	X	X
		66	Ivan Chorney	2010	X	X	X	X	X	X
		67	Oleksiy Chorney	2010	X	X	X	X	X	X
6	ACGB	68	Miguel Duarte	2011	X	X	X	X	X	X
		69	João Neves	2012	X	X	X	X	X	X
	UDRZA	70	Afonso Santana	2012	X	X	X	X	X	X
	CDN	71	Tomás Ferreira	2010	X	X	X	X	X	X

*SO – Special Olympics



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 e horários	SO	CA	ARG	ST	PS	BF
09:40	1	2	3	4	5	6
10:05	6	1	2	3	4	5
10:30	5	6	1	2	3	4
10:55	4	5	6	1	2	3
11:20	3	4	5	6	1	2
11:45	2	3	4	5	6	1

- ✓ Às 9h35 termina o período de aquecimento geral para a início da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ A competição da GAF terá início às 9h00, devendo a primeira rotação da GAM coincidir com a 2ª da GAF (9h40). 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.
- ✓ Cerimónia protocolar realiza-se após 8ª rotação da competição feminina (previsão 12h45)



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

INICIADOS

14h15 – 14h40 – 17h45

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN	SO	CA	ARG	ST	PS	BF
1	Eq. CGA	1	Vicente Ilhéu	2014	X	X	X	X	X	X
		2	Rafael Antunes	2014	X	X	X	X	X	X
		3	Olivio Pereira	2013	X	X	X	X	X	X
		4	Henrique Silva	2014	X	X	X	X	X	X
		5	Francisco Pedreirinho	2014	X	X	X	X	X	X
		6	Ismael Pereira	2014	X	X	X	X	X	X
	CDN	7	João Camacho	2014	X	X	X	X	X	X
2	Eq. CGF	8	Samuel Vitorino	2013	X	X	X	X	X	X
		9	Francisco Oliveira	2014	X	X	X	X	X	X
		10	Vicente Antunes	2014	X	X	X	X	X	X
		11	Artyon Myednikov	2013	X	X	X	X	X	X
		12	Artem Varenik	2014	X	X	X	X	X	X
	AGT	13	Alexandre Alves	2014	X	X	X	X	X	X
	ADA	116	Duarte Cardoso	2013	X	X	X	X	X	X
3	Eq. ACGB	14	Rui Antunes	2013	X	X	X	X	X	X
		15	David Lima	2014	X	X	X	X	X	X
		16	David Neves	2014	X	X	X	X	X	X
	Eq. LGC	17	Manuel Santos	2014	X	X	X	X	X	X
		18	Guilherme Gomes	2014	X	X	X	X	X	X
		19	Francisco Figueiredo	2013	X	X	X	X	X	X
4	Eq. SpCP	20	José Novais	2014	X	X	X	X	X	X
		21	Vasco Costa	2014	X	X	X	X	X	X
		22	Gonçalo Rola	2013	X	X	X	X	X	X
		23	Duarte Tavares	2014	X	X	X	X	X	X
		24	Lucas Silva	2014	X	X	X	X	X	X
		25	Vasco Ferraz	2014	X	X	X	X	X	X
	SpCP	26	Rodrigo Veloso	2014	X	X	X	X	X	X
5	Eq. CNA	27	João Lopes	2013	X	X	X	X	X	X
		28	Tiago Gonçalves	2014	X	X	X	X	X	X
		29	Duarte Duarte	2014	X	X	X	X	X	X
		30	Dinis Sebastião	2013	X	X	X	X	X	X
		31	Dinis Costa	2014	X	X	X	X	X	X
		32	Santiago Silva	2013	X	X	X	X	X	X
	CGG	33	Afonso Máximo	2013	X	X	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), 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)

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN	SO	CA	ARG	ST	PS	BF
6	CGE	34	Álvaro Coimbra	2014	X	X	X	X	X	X
		35	João Manghi	2013	X	X	X	X	X	X
	CGTN	36	Guilherme Gameiro	2013	X	X	X	X	X	X
	GCM	37	Matias Kurlishchuk	2014	X	X	X	X	X	X
	GCP	38	Tomás Gomes	2014	X	X	X	X	X	X
		39	Tiago Ramos	2013	X	X	X	X	X	X
7	Eq. CLAC	40	Bernardo Gomes	2014	X	X	X	X	X	X
		41	Santiago Lourenço	2014	X	X	X	X	X	X
		42	Vladimir Turcu	2013	X	X	X	X	X	X
		43	Martim Costa	2013	X	X	X	X	X	X
	Eq. UDRZA	44	Guilherme Martins	2014	X	X	X	X	X	X
		45	Rafael Jorge	2013	X	X	X	X	X	X
		46	Miguel Calado	2013	X	X	X	X	X	X

Aparelhos e horários	SO	CA	ARG	ST	PS	BF	PAUSA
14:40	1	2	3	4	5	6	7
15:05	7	1	2	3	4	5	6
15:30	6	7	1	2	3	4	5
15:55	5	6	7	1	2	3	4
16:20	4	5	6	7	1	2	3
16:45	3	4	5	6	7	1	2
17:10	2	3	4	5	6	7	1

- ✓ Às 14h35 termina o período de aquecimento geral para a início da competição que segue diretamente para os aparelhos. O aquecimento geral destes ginastas realiza-se no praticavel de competição.
- ✓ Os ginastas que iniciam a competição em PAUSA podem iniciar o aquecimento mais tarde.
- ✓ 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.
- ✓ Na rotação de "PAUSA" os ginastas devem permanecer no praticável de aquecimento
- ✓ Cerimónia protocolar realiza-se logo após o final da competição (previsão 17h40)



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 Nº 0085/2025	Lisboa, 28 de maio de 2025
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) nos dias 14 e 15 de junho.

Local: Complexo Municipal de Ginástica da Maia
Avenida Altino Coelho
4470-AA334 Maia

Dia 14 de junho

Escalão: Juniores e Seniores (Anexo 1)

1ª Subdivisão (grupos 1 a 4)

Abertura do Recinto: 8h35 (Aquecimento geral até às 8h55)

Início da Competição: 9h00

2ª Subdivisão (grupos 5 a 8)

Abertura do Recinto: 10h35 (Aquecimento geral até às 10h55)

Início da Competição: 11h00

Cerimónia protocolar: 13h00 (previsão)

Escalão: Juvenis (Anexo 2)

1ª Subdivisão (grupos 1 a 4)

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

Início da Competição: 14h30

2ª Subdivisão (grupos 4 a 8)

Abertura do Recinto: 16h05 (Aquecimento geral até às 16h25)

Início da Competição: 16h30

3ª Subdivisão (grupos 9 a 12)

Abertura do Recinto: 18h35 (Aquecimento geral até às 18h55)

Início da Competição: 19h00

Cerimónia protocolar: 21h30 (previsão)



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)

Dia 15 de junho

Escalão: Iniciadas (Anexo 3)

1ª Subdivisão (grupos 1 a 4)

Abertura do Recinto: 8h50 (Aquecimento geral até às 9h10)

Início da Competição: 9h15

2ª Subdivisão (grupos 5 a 8)

Abertura do Recinto: 10h30 (Aquecimento geral até às 10h50)

Início da Competição: 10h55

3ª Subdivisão (grupos 9 a 12)

Abertura do Recinto: 13h50 (Aquecimento geral até às 14h10)

Início da Competição: 14h15

4ª Subdivisão (grupos 13 a 16)

Abertura do Recinto: 15h30 (Aquecimento geral até às 15h50)

Início da Competição: 15h55

5ª Subdivisão (grupos 17 a 20)

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 | Joana Carvalho

Júri de apelo: Vice-Presidente FGP | A definir

CA | A definir

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.
- Todas as ginastas devem ser portadoras do cartão do cidadão.
- Delegados dos clubes têm lugar reservado na bancada do lado oposto à bancada de público;



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)

2. Organização da competição

- As ginastas só poderão entrar no recinto de competição, para iniciar o aquecimento, 10' antes da hora indicada para início do aquecimento geral;
- Há um período de aquecimento geral de 20' fora da zona de competição;
- Após o aquecimento geral as ginastas preparam-se para o desfile inicial, que segue diretamente para o seu aparelho, onde se inicia o aquecimento específico.
- Os horários da competição poderão ser antecipados com o decorrer da mesma, sugerindo-se que os clubes cheguem ao complexo antecipadamente.

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 8 de junho (domingo) para andre.nogueira@ginastica.org

6. Músicas:

As músicas têm de ser enviadas por wetransfer até ao dia 8 de junho (domingo), para andre.nogueira@ginastica.org.

As músicas devem estar devidamente identificadas com o número de dorsal e a sigla do clube.

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, não havendo apresentação de estandarte;
- Apenas participam as ginastas/equipas medalhadas;
- Serão entregues todos os prémios de acordo com o manual técnico;
- 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.

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/>.



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)

- Este evento não terá transmissão na Ginástica TV

9. Clubes Participantes (#29):

ACMaia	Acro Clube da Maia
AGLou	AGL - Academia de Ginástica de Lousada
ACGB	Artigym Clube de Ginástica de Braga
CGE	Associação Clube de Ginástica de Évora - C.G.E.
AGJD	Associação de Ginástica Júlio Dinis
AGT	Associação Gimnochamps de Tavira
ADL	Ateneu Desportivo de Leiria
BFC	Boavista Futebol Clube - Dpto. Ginástica
CBP	CBP2012 - Basquetebol Clube de Penafiel
CDFP	CDFP - Clube Desportivo Foz Porto
CGTN	CGTN - Clube de Ginástica de Torres Novas
CLAC	CLAC - Clube de Lazer, Aventura e Competição
CA4	CLUBE A4
CGA	Clube de Ginástica de Almada
CGOB	Clube de Ginástica de Oliveira do Bairro - CGOB
CDAQ	Clube Desportivo Antero de Quental
CDN	Clube Desportivo Nacional
CNA	Clube Náutico de Abrantes
EGGaia	Escola de Ginástica de Gaia - CRL
EGYM	Évora Ginásio Clube - EGYM
FCG	Futebol Clube de Gaia
GCC	Gimnofaro Ginásio Clube
GCM	Ginásio Clube da Maia
GCP	Ginásio Clube Português
GDAZ	Grupo Desportivo de Azambuja
CGG	GUIMAGYM-Clube de Ginástica de Guimarães
LGC	Lisboa Ginásio Clube
SpCP	Sport Club do Porto
UDRZA	União Desportiva Recreativa Zona Alta



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)

Sem outro assunto de momento, apresentamos os nossos melhores cumprimentos e subscrevemo-nos,

O Diretor Técnico

André Nogueira



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

JUNIORES & SENIORES

8h35 – 9h00 – 13h00

1ª subdivisão Júniores

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN	ST	PA	TR	SO
1	CDFP	191	Maria Gebhard	2010	X	X	X	X
	Eq. CGG	192	Leonor Sousa	2011	X	X	X	X
		193	Lia Oliveira	2010	X	X	X	X
		194	Leonor Mouga	2010	X	X	X	X
		195	Ana Marques	2010	X	X	X	X
		196	Inês Almeida	2011	X	X	X	X
2	CDN	197	Maria Passos	2011	X			X
	Eq. SpCP	198	Matilde Ferreira	2010	X	X	X	X
		199	Júlia Monteiro	2010	X	X	X	X
		200	Leonor Costa	2010	X	X	X	X
		201	Sophia Hayre	2011	X	X	X	X
		202	Maria Garcia	2011	X	X	X	X
3	CGTN	203	Maria Lopes	2010	X	X	X	X
		204	Eva Lopes	2010	X	X	X	X
	Eq. FCG	205	Ana Pina	2010	X	X	X	X
		206	Laura Costa	2010	X	X	X	X
		207	Leonor Amadeu	2010	X	X	X	X
		208	Sofia Cardoso	2011	X	X	X	X
4	Eq. ACMaia	209	Beatriz Gonçalves	2010	X	X	X	X
		210	Beatriz Capela	2010	X	X	X	X
		211	Sofia Soares	2010	X	X	X	X
		212	Mia Rebelo	2010	X	X	X	X
		213	Sofia Teixeira	2011	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), 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)

2ª subdivisão Júniores

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN	ST	PA	TR	SO
5	Eq. AGT	214	Lara Pintado	2010	X	X	X	X
		215	Maria Pereira	2011	X	X	X	X
		216	Brunna Rito	2011	X	X	X	X
		217	Gali Berger	2011	X	X	X	X
	CDAQ	218	Francisca Oliveira	2010	X	X	X	X
		219	Sofia Carreiro	2011	X	X	X	X
		220	Liliana Carneiro	2011	X	X	X	X
6	ADL	221	Maria Baptista	2011		X		
		222	Joana Inacio	2011	X	X	X	X
	Eq. EGYM	223	Maria Carvalho	2011	X	X	X	X
		224	Margarida Fernandes	2011	X	X	X	X
		225	Madalena Castanho	2011	X	X	X	X
		226	Maria Carvalho	2010	X	X	X	X
		227	Raquel Pereira	2010	X	X	X	X
7	GDAZ	228	Maria Fonseca	2010	X	X	X	X
		229	Alice Matos	2010	X	X	X	X
	Eq. UDRZA	230	Leonor Domingues	2011	X	X	X	X
		231	Margarida Mouquinho	2010	X	X	X	X
		232	Inês Passos	2011	X	X	X	X
		233	Maria Cachado	2011	X	X	X	X
		234	Raquel Maia	2011	X	X	X	X
8	AGJD	235	Yara Soreira	2010			X	X
		236	Kyara Ramalho	2011	X	X	X	X
	Eq. GCP	237	Marta Videira	2010	X	X	X	X
		238	Filipa Parente	2011	X	X	X	X
		239	Maria Antunes	2011	X	X	X	X
		240	Constança Ferreira	2010	X	X	X	X
		241	Lia Ferreira	2010	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), 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)

1ª subdivisão Seniores

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN	ST	PA	TR	SO
1	ACMaia	242	Ana Ribeiro	2009	X	X	X	X
	Eq. ACGB	243	Diana Peixoto	2001	X	X	X	X
		244	Margarida Santos	2009	X	X	X	X
		245	Lara Pereira	2009	X	X	X	X
		246	Lara Veiga Silva	2008	X	X	X	X
		247	Mª Helena Sobral	2009	X	X	X	X
2	AGLou	248	Carolina Cunha	2006	X	X	X	X
	Eq. FCG	249	Beatriz Pina	2008	X	X	X	X
		250	Leonor Teixeira	2008	X	X	X	X
		251	Leonor Costa	2007	X	X	X	X
		252	Matilde Mendes	2007	X	X	X	X
		253	Diana Semblano	2009	X	X	X	X
3	AGJD	254	Lurdes Silva	2008	X	X	X	X
	Eq. CGG	255	Francisca Faria	2001	X	X	X	X
		256	Catarina Andrade	2005	X	X	X	X
		257	Matilde Marques	2006	X	X	X	X
		258	Margarida Leitão	2007	X	X	X	X
		259	Beatriz Carneiro	2004	X	X	X	X
4	AGT	260	Júlia Perez	2008	X			
	AGT	261	Jenifer Migueis	2009	X	X	X	X
	Eq. SpCP	262	Sofia Monteiro	2006	X	X	X	X
		263	Helena Martins	2007	X	X	X	X
		264	Sofia Rodrigues	2006	X	X	X	X
		265	Filipa Sampaio	2004	X	X	X	X
		266	Matilde André	2006	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), 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)

2ª subdivisão Seniores

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN	ST	PA	TR	SO
5	CBP	267	Verónica Dulina	2006	X	X	X	X
		268	Isabel Avelino	2008	X	X	X	X
	GCP	269	Ana Santos	2008	X	X	X	X
		270	Inês Nobre	2008	X	X	X	X
		271	Maria Kachimbali	2009	X	X	X	X
		272	Manuela Oliveira	2009	X	X	X	X
6	Eq. EGYM	273	Iara Casquinha	2009	X	X	X	X
		274	Lara Gervásio	2009	X	X	X	X
		275	Mafalda Carvalho	2009	X	X	X	X
		276	Sara Nascimento	2009	X	X	X	X
		277	Sarah Espada	2008	X	X	X	X
	UDRZA	278	Lara Maia	2009	X	X	X	X
7	CGTN	279	Zara Marqueiro	2009	X	X	X	X
	Eq. CNA	280	Diana Gil	2009	X	X	X	X
		281	Madalena Nunes	2007	X	X	X	X
		282	Beatriz Mendes	2006	X	X	X	X
		283	Flor Cruz	2006	X	X	X	X
		284	Maria Horta	2007	X	X	X	X
8	CGE	285	Maria Vieira	2009	X	X	X	X
	CDN	286	Maria Aguiar	2008	X	X	X	X
		287	Branca Aguiar	2008	X	X	X	X
	GCC	288	Diana Gonçalves	2009	X	X	X	X
	GDAZ	289	Joana Vale	2008	X	X	X	X
	LGC	290	Maria Mimoso	2008	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), 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 e horários	ST	PA	TR	SO
09:00	1	2	3	4
09:30	4	1	2	3
10:00	3	4	1	2
10:30	2	3	4	1
11:00	5	6	7	8
11:30	8	5	6	7
12:00	7	8	5	6
12:30	6	7	8	5

- ✓ Às 8h55 termina o período de aquecimento geral, da 1ª subdivisão, para desfile das ginastas e início da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ Às 10h55 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 9h00 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.
- ✓ 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), 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

JUVENIS

1ª subdivisão

14h05 – 14h30 – 21h30

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN	ST	PA	TR	SO
1	AGT	106	Mea Ribeiro	2013		X		
		107	Naima Avo	2013	X	X	X	X
	Eq. GGC	108	Camila Coelho	2013	X	X	X	X
		109	Maria Botelho	2013	X	X	X	X
		110	Teresa Virgilio	2013	X	X	X	X
		111	Laura Guerreiro	2012	X	X	X	X
		112	Kira Mitrovic	2012	X	X	X	X
2	Eq. ADL	113	Leonor Ferreira	2012	X	X	X	X
		114	Alice Lourenço	2013	X	X	X	X
		115	Carolina Duarte	2012	X	X	X	X
		116	Carolina Oliveira	2013	X	X	X	X
		117	Heloisa Moura	2013	X	X	X	X
3	CGA	118	Stella Carrilho	2013	X	X	X	X
	Eq. CGA	119	Inês Rosendo	2012	X	X	X	X
		120	Mariana Afonso	2012	X	X	X	X
		121	Mariana Jacomo	2013	X	X	X	X
		122	Maria Lourenço	2012	X	X	X	X
		123	Maria Valente	2013	X	X	X	X
4	Eq. CBP	124	Rafaela Sousa	2012	X	X	X	X
		125	Matilde Teles	2012	X	X	X	X
		126	Madalena Couto	2012	X	X	X	X
		127	Lia Mateus	2013	X	X	X	X
		128	Carolina Figueira	2012	X	X	X	X
	CGOB	129	Mariana Fernandes	2013	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), 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)

2ª subdivisão

16h05 – 16h30 – 21h30

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN	ST	PA	TR	SO
5	CGE	130	Marta Vieira	2012	X	X	X	X
		131	Luísa Lourenço	2013	X	X	X	X
	Eq. CGTN	132	Rita Graça	2013	X	X	X	X
		133	Victória Pissarreira	2013	X	X	X	X
		134	Maria Ramos	2012	X	X	X	X
		135	Nova Tredoux	2013	X	X	X	X
6	Eq. FCG	136	Eva Túlio	2012	X	X	X	X
		137	Maria Aleluia	2013	X	X	X	X
		138	Inês Pinto	2013	X	X	X	X
		139	Carlota Queirós	2012	X	X	X	X
		140	Madalena Gouveia	2012	X	X	X	X
7	AGJD	141	Mafalda Lopes	2012		X		X
		142	Maria Albergaria	2012	X	X	X	X
		143	Joana Martins	2012	X			
	Eq. CGG	144	Ana Pimenta	2012	X	X	X	X
		145	Matilde Carvalho	2012	X	X	X	X
		146	Ana Fernandes	2013	X	X	X	X
		147	Francisca Martins	2013	X	X	X	X
		148	Francisca Félix	2013	X	X	X	X
8	Eq. CDFP	149	Benedita Camões	2013	X	X	X	X
		150	Maria Nascimento	2013	X	X	X	X
		151	Maria Sousa	2013	X	X	X	X
		152	Helena Sousa	2012	X	X	X	X
		153	Leonor Canavarro	2013	X	X	X	X
	GCM	154	Maria Pereira	2012	X	X	X	X
		155	Sofia Paiva	2013	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), 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 e horários	ST	PA	TR	SO
14:30	1	2	3	4
15:00	4	1	2	3
15:30	3	4	1	2
16:00	2	3	4	1
16:30	5	6	7	8
17:00	8	5	6	7
17:30	7	8	5	6
18:00	6	7	8	5

- ✓ 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 16h25 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 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), 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)

3ª subdivisão

18h35 – 19h00 – 21h30

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN	ST	PA	TR	SO
9	Eq. ACGB	156	Camila Rocha	2013	X	X	X	X
		157	Mª Francisca Santos	2012	X	X	X	X
		158	Alice Castro	2012	X	X	X	X
		159	Safiya Hassani	2013	X	X	X	X
		160	Giovana Bueno	2013	X	X	X	X
	Eq. UDRZA	161	Eva Monserrate	2013	X	X	X	X
		162	Vitória Crispim	2013	X	X	X	X
		163	Diana Moita	2013	X	X	X	X
		164	Carolina Marreiros	2012	X	X	X	X
		165	Leonor Matreno	2012	X	X	X	X
10	Eq. ACMaia	166	Carolina Amador	2013	X	X	X	X
		167	Bárbara Ferraz	2013	X	X	X	X
		168	Maria Andrade	2013	X	X	X	X
		169	Raphaelle Buttin	2012	X	X	X	X
		170	Giulia Pizzino	2013	X	X	X	X
	Eq. GCP	171	Lorena Campos	2012	X	X	X	X
		172	Catarina Rocha	2013	X	X	X	X
		173	Flávia Bueno	2012	X	X	X	X
		174	Constança Barreto	2013	X	X	X	X
		175	Francisca Pinto	2013	X	X	X	X
11	CDAQ	176	Laura Oliveira	2012	X	X	X	X
		177	Madalena Borges	2012	X	X	X	X
	Eq. SpCP	178	Inês Matos	2013	X	X	X	X
		179	Carlota Gonçalves	2012	X	X	X	X
		180	Rita Gonçalves	2012	X	X	X	X
		181	Leonor Amaral	2012	X	X	X	X
		182	Ana Almeida	2012	X	X	X	X
12	Eq. BFC	183	Maria Martins	2012	X	X	X	X
		184	Leonor Almeida	2012	X	X	X	X
		185	Rita Soares	2012	X	X	X	X
		186	Ana Barros	2013	X	X	X	X
		187	Joana Kiesewetter	2012	X	X	X	X
	CDN	188	Sofia Lazareva	2013	X	X	X	X
		189	Maria Marques	2013	X			
		190	Júlia Teixeira	2013			X	



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 e horários	ST	PA	TR	SO
19:00	9	10	11	12
19:37	12	9	10	11
20:14	11	12	9	10
20:51	10	11	12	9

- ✓ Às 18h55 termina o período de aquecimento geral para desfile das ginastas e 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.
- ✓ As ginastas têm 10 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), 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

INICIADAS

1ª subdivisão

8h50 – 9h15 – 10:55

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN	ST	PA	TR	SO
1	Eq. CBP	1	Pilar Moutinho	2015	X	X	X	X
		2	Maria Ferreira	2014	X	X	X	X
		3	Laura Lemos	2015	X	X	X	X
		4	Clara Sousa	2015	X	X	X	X
		5	Mafalda Ribeiro	2015	X	X	X	X
2	Eq. CDAQ	6	Aurora Ribeiro	2014	X	X	X	X
		7	Camila Pacheco	2014	X	X	X	X
		8	Mariana Farinha	2014	X	X	X	X
		9	Madalena Siqueira	2014	X	X	X	X
		10	Matilde Medeiros	2014	X	X	X	X
3	Eq. GCM	11	Sofia Catarino	2014	X	X	X	X
		12	Maria Ferreira	2015	X	X	X	X
		13	Maria Neves	2015	X	X	X	X
		14	Joana Fernandes	2015	X	X	X	X
		15	Rita Pereira	2014	X	X	X	X
4	SpCP	16	Avin Haghighirad	2015	X	X	X	X
	Eq. SpCP	17	Carlota Santiago	2015	X	X	X	X
		18	Francisca Sousa	2014	X	X	X	X
		19	Margarida Cunha	2015	X	X	X	X
		20	Vitória Silva	2015	X	X	X	X
		21	Maria Pereira	2015	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), 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)

2ª subdivisão

10h30 – 10h55 – 12h35

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN	ST	PA	TR	SO
5	Eq. EGYM	22	Madalena Pereira	2015	X	X	X	X
		23	Mariana Machado	2014	X	X	X	X
		24	Margarida Gato	2015	X	X	X	X
		25	Alice Maçanita	2015	X	X	X	X
		26	Maria Gonçalves	2015	X	X	X	X
6	CGE	27	Leonor Caeiro	2014	X	X	X	X
	AGJD	28	Laura Santos	2014	X	X	X	X
	ADL	29	Madalena Silva	2015	X	X	X	X
		30	Nádia Monteiro	2014		X	X	
	CA4	31	Mara Paiva	2015	X			
	CGOB	32	Rita Gaio	2014	X	X	X	X
	CDN	33	Margarida Almeida	2014	X	X	X	X
7	Eq. AGT	34	Carlota Rufino	2015	X	X	X	X
		35	Lara Fernandes	2015	X	X	X	X
		36	Mafalda Sousa	2015	X	X	X	X
		37	Stella Quiroli	2014	X	X	X	X
		38	Viktorii Prishliak	2014	X	X	X	X
	ADA	291	Maria Isidro	2014	X			
8	Eq. CNA	39	Maria Santos	2015	X	X	X	X
		40	Carminho Rodrigues	2015	X	X	X	X
		41	Matilde Ferreira	2015	X	X	X	X
		42	Carlota Marchante	2015	X	X	X	X
		43	Carolina Santos	2015	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), 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 e horários	ST	PA	TR	SO
09:15	1	2	3	4
09:40	4	1	2	3
10:05	3	4	1	2
10:30	2	3	4	1
10:55	5	6	7	8
11:20	8	5	6	7
11:45	7	8	5	6
12:10	6	7	8	5

- ✓ Às 9h10 termina o período de aquecimento geral, da 1ª subdivisão, para desfile das ginastas e início da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ Às 10:50 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 9h15 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), 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)

3ª subdivisão

13h50 – 14h15 – 15h55

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN	ST	PA	TR	SO
9	Eq. LGC	44	Alice Lona	2015	X	X	X	X
		45	Carolina Figueiredo	2015	X	X	X	X
		46	Carolina Morbey	2015	X	X	X	X
		47	Alice Top	2014	X	X	X	X
		48	Isabel D`Almeida	2015	X	X	X	X
10	Eq. BFC	49	Maria Pinto	2015	X	X	X	X
		50	Beatriz Bispo	2014	X	X	X	X
		51	Luana Coelho	2015	X	X	X	X
		52	Rita Morais	2014	X	X	X	X
		53	Inês	2014	X	X	X	X
11	Eq. FCG	54	Mara Costa	2015	X	X	X	X
		55	Leonor Marcolino	2015	X	X	X	X
		56	Joana Xavier	2014	X	X	X	X
		57	Diana Serrano	2015	X	X	X	X
		58	Clara Almeida	2014	X	X	X	X
12	Eq. UDRZA	59	Carlota Neves	2015	X	X	X	X
		60	Pilar Costa	2015	X	X	X	X
		61	Kelly Jorge	2015	X	X	X	X
		62	Maria Pereira	2015	X	X	X	X
		63	Sofia Caleiro	2014	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), 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)

4ª subdivisão

15h30 – 15h55 – 17h35

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN	ST	PA	TR	SO
13	Eq. CGTN	64	Camíla Soares	2014	X	X	X	X
		65	Madalena Campos	2015	X	X	X	X
		66	Madalena Silva	2015	X	X	X	X
		67	Kyara Morais	2014	X	X	X	X
		68	Sofia Moreira	2014	X	X	X	X
14	Eq. ACGB	69	Francisca Lopes	2014	X	X	X	X
		70	Carlota Santos	2015	X	X	X	X
		71	Matilde P. Azevedo	2014	X	X	X	X
		72	Soraya Hassani	2015	X	X	X	X
		73	Graziela Batista	2015	X	X	X	X
15	Eq. CGA	74	Leonor Salta	2014	X	X	X	X
		75	Olivia Bernardo	2014	X	X	X	X
		76	Noa Rodrigues	2014	X	X	X	X
		77	Isabele Martins	2014	X	X	X	X
		78	Rita Páscoa	2014	X	X	X	X
16	GCP	79	Mia Benamou-Laurent	2014	X	X	X	X
	Eq. GCP	80	Francisca Carioca	2014	X	X	X	X
		81	Frederica Monteiro	2015	X	X	X	X
		82	Francisca Coutinho	2015	X	X	X	X
		83	Victória Nunes	2015	X	X	X	X
		84	Íris Ribeiro	2015	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), 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 e horários	ST	PA	TR	SO
14:15	9	10	11	12
14:40	12	9	10	11
15:05	11	12	9	10
15:30	10	11	12	9
15:55	13	14	15	16
16:20	16	13	14	15
16:45	15	16	13	14
17:10	14	15	16	13

- ✓ Às 14h10 termina o período de aquecimento geral, da 3ª subdivisão, para desfile das ginastas e início da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ Às 15h50 termina o período de aquecimento geral, da 4ª subdivisão, para desfile das ginastas e continuação da competição que segue diretamente para os aparelhos.
- ✓ A competição da GAF terá início às 14h15, com os grupos 9 a 12, na 5ª rotação entram em competição os grupos 13 a 16. 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), 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)

5ª subdivisão

17h35 – 18h00 – 19h40

GRUPO	CLUBE	DORSAL	NOME	DN	ST	PA	TR	SO
17	Eq. CGG	85	Bruna Araújo	2015	X	X	X	X
		86	Maria Galante	2015	X	X	X	X
		87	Maria Teixeira	2014	X	X	X	X
		88	Miriam Carvalho	2014	X	X	X	X
		89	Mariana Pereira	2014	X	X	X	X
18	Eq. ACMaia	90	Maria Carvalho	2015	X	X	X	X
		91	Beatriz Matos	2014	X	X	X	X
		92	Maria Rocha	2015	X	X	X	X
		93	Carolina Soares	2014	X	X	X	X
		94	Ana Leça	2014	X	X	X	X
19	Eq. EGGaia	95	Renata Sousa	2015	X	X	X	X
		96	Francisca Silva	2014	X	X	X	X
		97	Luanny Gomes	2014	X	X	X	X
		98	Benedita Santos	2014	X	X	X	X
		99	Matilde Araújo	2014	X	X	X	X
20	CLAC	100	Benedita Bento	2015	X	X	X	X
	Eq. CLAC	101	Maria Costa	2015	X	X	X	X
		102	Sofia Pereira	2014	X	X	X	X
		103	Francisca Monteiro	2014	X	X	X	X
		104	Débora Bartolomeu	2014	X	X	X	X
		105	Lia Stambol	2014	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), 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 e horários	ST	PA	TR	SO
18:00	17	18	19	20
18:25	20	17	18	19
18:50	19	20	17	18
19:15	18	19	20	17

- ✓ Às 17h55 termina o período de aquecimento geral para desfile das ginastas e 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.
- ✓ As ginastas têm 6 minutos de aquecimento nos aparelhos antes do início de cada rotação.

