

Circular Nº 042/2022- ATUALIZAÇÃO

Lisboa, 20/abril/2022

Distribuição: FGP e clubes inscritos na Competição

Assunto: Campeonato Distrital 1ª divisão, Campeonato Distrital de 2ª divisão, Campeonato Distrital de Infantis, Encontro de Benjamins e Torneio de Lisboa GAF Base 2022

Data: 23 e 24 de abril de 2022

Local: Pavilhão Municipal do Casal Vistoso

Abertura do recinto: 8h15min

Direção de competição: Liliana Rodrigues

1 – Manuais e regulamentos

Será aplicado o estipulado em:

- Manual FGP Ginástica Artística Feminina 2022
- Manual Técnico GAM_AGL 2021_2022
- Código de Pontuação e Tabelas de Dificuldade de Ginástica Artística em vigor na FGP, a 02/04/2022
- Código de Pontuação Adaptado 1ª divisão – Iniciadas e Juvenis
- Código de Pontuação Adaptado 2ª divisão – Iniciadas, Juvenis, Juniores e Seniores
- Programa Competitivo de Base

Em casos omissos a AGL deliberará sobre as medidas a tomar.

2 – Recinto de competição

A permanência no recinto de competição (pavilhão e ginásio de aquecimento) é reservada às ginastas **em competição** e respetivos treinadores, **integrados no Plano Nacional de Formação, com cédula TPDT ativa à data da competição** (equipados com fato de treino do clube), Juizes e Dirigentes, filiados na FGP, na presente época.

3 – Aquecimento e competição

O período de aquecimento geral será realizado nos seguintes moldes:

Campeonato Distrital de Infantis (Sábado) – 25min de aquecimento geral no ginásio ao lado do recinto de competição + 5 a 7 minutos por aparelho, entre rotações, com um mínimo de uma passagem por ginasta;

Campeonato Distrital 1ª Divisão (Sábado) – 1h20min de aquecimento antes do início da competição, nomeadamente, 20min no ginásio ao lado do recinto de competição + 1h de aquecimento no recinto da competição.

Campeonato Distrital 2ª Divisão (Sábado) – 25min de aquecimento geral no ginásio ao lado do recinto de competição + 5 a 7 minutos por aparelho, entre rotações, com um mínimo de uma passagem por ginasta;

Torneio de Lisboa (Seniores Sábado; Iniciadas, Juvenis e Júniores Domingo) - 25min de aquecimento geral no ginásio ao lado do recinto de competição + 5 a 7 minutos por aparelho, entre rotações, com um mínimo de uma passagem por ginasta;

Encontro de Benjamins (Domingo) – 25min de aquecimento geral no ginásio ao lado do recinto de competição + 1 passagem de aquecimento específico por aparelho entre rotações;

Os períodos de aquecimento e hora de entrada nos ginásios de competição podem ser antecipados ou atrasados de acordo com o desenrolar da competição.

A apresentação dos ginastas aos juízes, em todas as competições será efetuada apenas aquando do seu momento de competição, não havendo lugar a essa formalidade antes dos períodos de aquecimento específico.

Poderá haver ajustamentos para mais tarde nas horas de início das provas, no entanto, estas não poderão começar antes da hora prevista nesta circular.

4 - Protestos

O procedimento segue o estipulado no Regulamento de Competições/Eventos da AGL Época 2021/2022.

5 - Regras de segurança e higienização

Os participantes apenas podem circular nas áreas identificadas e assinaladas no recinto de competição;

Todos os intervenientes no evento devem usar máscara cirúrgica ou FFP2 desde que entram no recinto até que saiam, sendo apenas feita uma exceção para ginastas quando realizam o aquecimento nos aparelhos e os seus exercícios/séries em competição e para os ginastas que pela idade não seja obrigatório o uso de máscara;

Não deverá haver partilha de objetos pelos participantes **incluído magnésio, devendo os clubes ser portadores do mesmo para os seus ginastas.**

6 - Cerimónias Protocolares

Durante a realização das cerimónias protocolares os ginastas devem apresentar-se de fato de treino, ser portadores do respetivo estandarte e perfilar (se for o caso) de forma ordeira respeitando a solenidade do momento.

Os ginastas retiram as suas medalhas e colocam-nas ao pescoço e o troféu no caso das equipas.

7 - Público

Será permitida a presença de público no limite máximo da lotação do pavilhão com obrigatoriedade de uso de máscara.

ANEXOS:

GRUPOS E ORDEM DE PASSAGEM

Alguma dúvida em relação ao exposto nesta circular, enviem por favor para geral@aglisboa.pt.

Os melhores cumprimentos,

A Direção da AGL

CAMPEONATO DISTRITAL 1ª DIVISÃO, 2ª DIVISÃO, INFANTIS, ENCONTRO DE BENJAMINS E TORNEIO DE LISBOA GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA

DIA	Prova	ESCALÃO		PERÍODO PROVA	AQUECIMENTO GERAL	INÍCIO DA PROVA PREVISTO	FINAL PROVA PREVISTO
23/abr	CD de Infantis 1ª subdivisão	Base	Infantis	Manhã	8h30 - 8h55	9h00	10h20
	CD de Infantis 2ª subdivisão		Infantis		10h15- 10h40	10h45	12h05
	CD 1ª Divisão	1ª Divisão/Elite	Iniciadas Juvenis Juniore Seniores	Tarde	13h00 - 14h20	14h30	17h00
	Torneio de Lisboa Seniores CD 2ª Divisão	Base Seniores 2ª Divisão Juvenis Juniore Seniores	Juniore e Seniores		17h00 - 17h20	17h30	18h50

DIA	Prova	ESCALÃO		PERÍODO PROVA	AQUECIMENTO GERAL	INÍCIO DA PROVA PREVISTO	FINAL PROVA PREVISTO
24/abr	Torneio de Lisboa	Base	Juvenis e Iniciadas	Manhã	9h10 - 9h25	9h30	11h20
	Encontro Benjamins		Benjamins		11h10 - 11h25	11h30	12h30
	Torneio de Lisboa		Juniore	Tarde	13h30 - 13h55	14h00	15h00

CLUBES PARTICIPANTES

CGE – ASSOCIAÇÃO CLUBE DE GINÁSTICA DE ÉVORA

CGA – CLUBE DE GINÁSTICA DE ALMADA

GCP – GINÁSIO CLUBE PORTUGUÊS

GDA – GRUPO DESPORTIVO DE AZAMBUJA

LGC - LISBOA GINÁSIO CLUBE

Dia: 23/04/2022

INFANTIS – 1ª Subdivisão

Aquecimento: 8h40 – 8h55

Competição: 9h00 – 10h20

Infantis - 1ª Subdivisão				
N.º	Nome	Clube	Escalão	Grupo
1	Violeta Silva	LGC	INF	A
2	Alice Ribeiro	LGC	INF	
3	Érica Lopes	LGC	INF	
4	Inês Braz	LGC	INF	
5	Isabel Almeida	LGC	INF	
6	Laura Gonçalves	LGC	INF	
7	Arina Esteves	GCP	INF	B
8	Francisca Barroca	GCP	INF	
9	Nicole Campos	GCP	INF	
10	Marion Duarte	GCP	INF	
11	Carolina Patrício	CGA	INF	
12	Maria Gândara	CGA	INF	
13	Francisca Carioca	GCP	INF	C
14	Carolina Castro	GCP	INF	
15	Catarina Rocha	GCP	INF	
16	Clara Araújo	GCP	INF	
17	Clara Caldeira	GCP	INF	
18	Diana Uva	GCP	INF	
19	Júlia Costa	CGA	INF	D
20	Maria Ferreira	CGA	INF	
21	Lúisa Pardelha	CGA	INF	
22	Sara Pereira	CGA	INF	
23	Vitória Moreira	CGA	INF	
24	Olívia Bernardo	CGA	INF	

ORDEM DE PASSAGEM

ROTAÇÃO	SALTOS	PARALELAS	TRAVE	SOLO
1	A	B	C	D
2	D	A	B	C
3	C	D	A	B
4	B	C	D	A

Dia: 23/04/2022

INFANTIS – 2ª Subdivisão

Aquecimento: 10h15 – 10h40

Competição: 10h45 – 12h05

Infantis - 2ª Subdivisão				
N.º	Nome	Clube	Escalão	Grupo
25	Mariana Silva	LGC	INF	E
26	Tauane Torres	LGC	INF	
27	Zlata Yeromenko	LGC	INF	
28	Margarida Carvalho	CGE	INF	
29	Luísa Lourenço	CGE	INF	
30	Mª Margarida Henriques	GCP	INF	
31	Benedita Rocha	GCP	INF	
32	Rita Botte	GCP	INF	
33	Joana Beça	GCP	INF	F
34	Júlia Fagulha	GCP	INF	
35	Kyara Santos	GCP	INF	
36	Luísa Vieira	GCP	INF	
37	Madalena Baptista	GCP	INF	
38	Mª Luísa Barreira	GCP	INF	
39	Rita Videira	GCP	INF	
40	Leonor Salta	CGA	INF	G
41	Mariana Rodrigues	CGA	INF	
42	Isabele Martins	CGA	INF	
43	Clara Stella	CGA	INF	
44	Clara Formigal	CGA	INF	
45	Noa Rodrigues	CGA	INF	
46	Laura Faias	CGA	INF	
47	Matilde Letra	GDA	INF	
48	Alice Fernandes	LGC	INF	H
49	Carlota Machado	LGC	INF	
50	Bethânia Zurzica	LGC	INF	
51	Carolina Santos	LGC	INF	
52	Madalena Izata	LGC	INF	
53	Mariana Roque	LGC	INF	
54	Marte Guerrinha	LGC	INF	

ORDEM DE PASSAGEM

ROTAÇÃO	SALTOS	PARALELAS	TRAVE	SOLO
1	E	F	G	H
2	H	E	F	G
3	G	H	E	F
4	F	G	H	E

Dia: 23/04/2022

1ª DIVISÃO – INICIADAS, JUVENIS, JUNIORES, SENIORES, JUNIORES ELITE E SENIORES ELITE

Aquecimento: 13h00 – 14h20

Competição: 14h30 – 17h00

Iniciadas, Juvenis, Juniores e Seniores – 1ª DIV					
N.º	Nome	Clube	Escalão	Grupo	
1	Helena Ribeiro	GCP	INI	A	
2	Maria Pires	GCP	INI		
3	Maria Costa	GCP	INI		
6	Joana Louro	GCP	JUV		
7	Iara Ferreira	GCP	JUV		
8	Madalena Mesquita	GCP	JUV		
9	Beatriz Cardoso	GCP	JUV		
10	Núria Emídio	GCP	JUV		
4	Ana Costa	LGC	INI		B
5	Daniela Dantas	LGC	INI		
11	Cláudia Gonçalves	LGC	JUV		
12	Joana Monteiro	LGC	JUV		
13	Laura Melo	LGC	JUV		
14	Nicole Machado	LGC	JUV		
15	Sarah Almeida	LGC	JUV		
16	Maria Inês Menezes	GCP	JUN - ELITE	C	
17	Catarina Carvalho	GCP	JUN		
18	Mª Francisca Tropa	GCP	JUN		
19	Beatriz Correia	LGC	JUN		
20	Margarida Barreto	LGC	JUN		
21	Maria Calisto	LGC	JUN - ELITE		
22	Mª João Mendes	GCP	SEN - ELITE	D	
23	Mariana Parente	GCP	SEN - ELITE		
24	Leonor Rocha	GCP	SEN		
25	Marta Silva	GCP	SEN		
26	Matilde Castanheira	GCP	SEN		
27	Mariana Marianito	LGC	SEN - ELITE		

ORDEM DE PASSAGEM

ROTAÇÃO	SALTOS	PARALELAS	TRAVE	SOLO
1	A GCP INIC GCP JUV	B 4, 5 LGC JUV	C GCP JUN LGC JUN	D GCP SEN 27, 28
c	D GCP SEN 28, 27	A GCP INIC GCP JUV	B 5, 4 LGC JUV	C LGC JUN GCP JUN
3	C GCP JUN LGC JUN	D GCP SEN 27, 28	A GCP INIC GCP JUV	B 4, 5 LGC JUV
4	B 5, 4 LGC JUV	C LGC JUN GCP JUN	D GCP SEN 28, 27	A GCP INIC GCP JUV

Dia: 23/04/2022

2ª DIVISÃO + SENIORES BASE

Aquecimento: 17h00 – 17h20

Competição: 17h30 – 18h50

Seniores				
N.º	Nome	Clube	Escalão	Grupo
1	Ana Rita Afonso	GCP	SEN	A
2	Marta Mestre	GCP	SEN	
3	Margarida Santos	GCP	SEN	
4	Camila do Ó	GCP	SEN	
5	Constança Alexandre	GDA	SEN	
6	Beatriz António	LGC	SEN	B
7	Eva Henriques	LGC	SEN	
8	Joana Contige	LGC	SEN	
9	Matilde Casanova	LGC	SEN	
10	Nádia Frutuoso	LGC	SEN	
11	Sarah Oliveira	LGC	SEN	C
12	Maria do Mar Fernandes	GCP	2ª divisão JUV	
13	Joana Ratilal	GCP	2ª divisão JUN	
14	Marina Brazhnyk	GCP	2ª divisão JUN	
15	Maria Patrocínio	LGC	2ª divisão JUN	
16	Valéria Polido	LGC	2ª divisão JUN	D
17	Beatriz Lapa	GCP	2ª divisão SEN	
18	Catarina Camarate	GCP	2ª divisão SEN	
19	Aimê Alves	LGC	2ª divisão SEN	
20	Giovanna Romão	LGC	2ª divisão SEN	
21	Marta Braga	LGC	2ª divisão SEN	
22	Sofia Gonçalves	LGC	2ª divisão SEN	

ORDEM DE PASSAGEM

ROTAÇÃO	SALTOS	PARALELAS	TRAVE	SOLO
1	A	B	C	D
2	D	A	B	C
3	C	D	A	B
4	B	C	D	A

Dia: 24/04/2022

JUVENIS E INICIADAS – BASE

Aquecimento: 9h10 – 9h25

Competição: 9h30 – 11h20

Juvenis e Iniciadas- BASE				
N.º	Nome	Clube	Escalão	Grupo
1	Margarida Ramalho	CGE	JUV	A
2	Raquel Pereira	CGE	JUV	
3	Manuela Oliveira	LGC	JUV	
4	Zoe Melo	LGC	JUV	
5	Joana Furtado	LGC	JUV	
6	M ^ª Madalena Esteves	LGC	JUV	
7	Bianca Barros	LGC	JUV	
8	Alice Matos	GDA	JUV	B
9	Sara Guerra	GDA	JUV	
10	Elizabeth Zherebna	GCP	JUV	
11	Marta Videira	GCP	JUV	
12	Laura Faria	GCP	JUV	
13	Maria Santos	GCP	JUV	C
14	Filipa Parente	GCP	INI	
15	Leonor Nifo	GCP	INI	
16	Lorena Campos	GCP	INI	
17	Maílíe Gomes	GCP	INI	
18	Carolina Adrega	GCP	INI	
19	Mariana Machado	GCP	INI	
20	Teresa Araújo	GCP	INI	D
21	Carolina Costelas	CGE	INI	
22	Marta Vieira	CGE	INI	
23	Alice Silva	GDA	INI	
24	Taylia Alves	LGC	INI	
25	Beatriz Nunes	LGC	INI	
26	Larissa Monteiro	LGC	INI	E
27	Mele Barybine	LGC	INI	
28	Damiana Atnasheva	LGC	INI	
29	Inês Oliveira	LGC	INI	
30	Maria Almeida	LGC	INI	
31	Sahra Lona	LGC	INI	
32	Júlia Moleiro	LGC	INI	

ORDEM DE PASSAGEM

ROTAÇÃO	SALTOS	PARALELAS	TRAVE	SOLO	PAUSA
1	A	B	C	D	E
2	E	A	B	C	D
3	D	E	A	B	C
4	C	D	E	A	B
5	B	C	D	E	A

Dia: 24/04/2022

BENJAMINS

Aquecimento: 11h10 – 11h25

Competição: 11h30 – 12h30

Benjamins - BASE				
N.º	Nome	Clube	Escalão	Grupo
1	Carolina Figueiredo	GCP	BENJ	A
2	Diana Loureiro	GCP	BENJ	
3	Frederica Monteiro	GCP	BENJ	
4	M ^ª Clara Duarte	GCP	BENJ	
5	Alice Lona	LGC	BENJ	B
6	Helena Azevedo	LGC	BENJ	
7	Lara Cabral	LGC	BENJ	
8	Leonor Mendes	LGC	BENJ	
9	Luísa Barreiro	LGC	BENJ	C
10	Maria Linhares	LGC	BENJ	
11	Rita Lourenço	LGC	BENJ	
12	Sara Nunes	LGC	BENJ	
13	Sophia Almeida	LGC	BENJ	D
14	Dune Ziegler	LGC	BENJ	
15	M ^ª Carmo Pombeiro	LGC	BENJ	
16	Salomé Batista	LGC	BENJ	

ORDEM DE PASSAGEM

ROTAÇÃO	SALTOS	PARALELAS	TRAVE	SOLO
1	A	B	C	D
2	D	A	B	C
3	C	D	A	B
4	B	C	D	A

Dia: 24/04/2022

JUNIORES - BASE

Aquecimento: 13h30 – 13h55

Competição: 14h00 – 15h00

Juniões - BASE				
N.º	Nome	Clube	Escalão	Grupo
1	Ana Leonor Botelho	LGC	JUN	A
2	Madalena Silva	LGC	JUN	
3	Maria Vicente	LGC	JUN	
4	Bárbara Rafael	LGC	JUN	
5	Catarina Marques	LGC	JUN	B
6	Inês Nobre	LGC	JUN	
7	Pietra Nunes	LGC	JUN	
8	Érica Mira	CGE	JUN	C
9	Matilde Franco	CGE	JUN	
10	Joana Vale	GDA	JUN	
11	Joana Jerónimo	GDA	JUN	
12	Ana Carolina Santos	GCP	JUN	D
13	Mafalda Ferreira	GCP	JUN	
14	M ^a Leonor Gonçalves	GCP	JUN	
15	Leonor Costa	GCP	JUN	

ORDEM DE PASSAGEM

ROTAÇÃO	SALTOS	PARALELAS	TRAVE	SOLO
1	A	B	C	D
2	D	A	B	C
3	C	D	A	B
4	B	C	D	A