

## CT 2ª Divisão, Infantis, Veteranas e Conjuntos

2 de Abril – Pavilhão de Lordemão

[Rua Fernando Reis Marques - Lordemão 3020-238 Coimbra Coimbra](#)

Horário	Programa
8h00	Abertura do Recinto
8h05	Aquecimento Grupo 1
9h00	Prova Grupo 1
8h30	Aquecimento Grupo 2
9h30	Prova grupo 2
9h30	Aquecimento Grupo 3 e 4
10h03	Prova Grupo 3
10h15	Entrega de Prémios Grupo 1, 2 e 3
10h30	Prova Grupo 4
13:15	Entrega de Prémios Grupo 4
13h30	Aquecimento Grupo 5
14h30	Prova Grupo 5
17h30	Entrega de Prémios

Clube	Sigla	nºatletas
Associação Cristã da Mocidade	ACMC	12
Aveirogym- Espargatitas Clube de Ginástica	AECG	28
Centro Norton de Matos	CNM	17
Catgym	Catgym	1

## Informações complementares:

### 1. Músicas:

As músicas deverão estar identificadas com o número da ginasta, clube, escalão e aparelho.

A músicas deverão estar em formato mp3 e ser enviadas, por wetransfer até dia 28 de abril às 23:59 para o email: [agdc.ritmica@gmail.com](mailto:agdc.ritmica@gmail.com).

Os treinadores deverão possuir no decorrer da prova uma cópia de rápido acesso (pen), caso exista alguma falha no sistema de som ou reprodução da música.

### 2. REFERÊNCIAS ESPECIAIS

- Para evitar o aglomerar de ginastas, a prova está organizada por grupos .
- Os ginastas de cada passagem poderão entrar no recinto de acordo com a respetiva passagem.
- Os ginastas têm de usar o emblema do clube de acordo com as normas definidas nos regulamentos da FGP e em local visível no equipamento de competição;
- Todos os Treinadores têm de usar Fato de Treino (da Entidade) “convencional” e sapatilhas. O não cumprimento desta regra resulta na impossibilidade de permanência no recinto de competição;
- Os exercícios são realizados com a frente para o painel de juízes;
- Solicitamos a colaboração de todos os técnicos para que controlem os seus ginastas no cumprimento das normas de saúde pública em vigor. Apenas os ginastas participantes na prova poderão entrar no pavilhão.
- Os dirigentes ou treinadores dos clubes presentes deverão indicar todas as faltas no início da competição, na mesa de direção de prova.
- A recolha de imagens no recinto de prova será da exclusividade da Associação de Ginástica do Centro.



ASSOCIAÇÃO DE  
GINÁSTICA  
DO CENTRO

Nº	Clube	Nome	Escalão	Aparelho	Hora	Grupo
1	CNM	MARTA CARDOSO	Infantis	Corda	09:00	1
2	CNM	MARIA BENEDITA FERREIRA	Infantis	Corda	09:03	
3	CNM	MARIA RITA FIGUEIREDO	Infantis	Corda	09:06	
4	CNM	MADALENA VARELA	Infantis	Corda	09:09	
5	CNM	MATILDE OLIVEIRA	Infantis	ML	09:12	
6	AECG	Carolina Tavares	Infantis	ML	09:15	
7	CNM	MARIA TERESA PORTUGAL	Infantis	ML	09:18	
8	AECG	Bianca Guedes	Infantis	ML	09:21	
9	CNM	ANA JÚLIA NOBRE	Infantis	ML	09:24	
10	AECG	Inês Oliveira	Infantis	ML	09:27	
11	ACM	Sofia Gameiro	Infantis	ML	09:30	2
12	AECG	Melina Simões	Infantis	ML	09:33	
13	ACM	Maria Clara Ribeiro	Infantis	ML	09:36	
14	AECG	Matilde Posser	Infantis	ML	09:39	
15	AECG	Matilde Gomes	Infantis	ML	09:42	
16	ACM	Maria Gaspar	Infantis	ML	09:45	
17	AECG	Susana Silva	Infantis	ML	09:48	
18	ACM	Joana Furriel	Infantis	Bola	09:51	
19	ACM	Clara Correia	Infantis	Bola	09:54	
20	ACM	Laura Nogueira	Infantis	Bola	09:57	
21 ext	ACM	Zlata Smetana	Infantis	ML	10:00	3
22	CNM	MARTA CARDOSO	Infantil	ML	10:03	
		MARIA BENEDITA FERREIRA				
		MATILDE OLIVEIRA				
		MADALENA VARELA				
		ANA JÚLIA NOBRE				
		MARIA TERESA PORTUGAL				
23	ACM	Sofia Gameiro	Infantil	ML	10:06	
		Clara Correia				
		Laura Nogueira				
		Joana Furriel				
		Maria Clara Ribeiro				
		Maria Gaspar				
Maria Vicente						
24	CNM	HELENA MARQUES	Iniciado	Arco	10:09	
		AURORA SIMÕES				
		MARIA LUÍS				
		MARIA RITA FIGUEIREDO				
		LAURA BENEDITO				
		FILIPA LAGE				
		LILIANA BRANCO				
Entrega de prémios					10:15	



ASSOCIAÇÃO DE  
GINÁSTICA  
DO CENTRO

COIMBRA, PORTUGAL | 962 215 571 | NIF 506 364 089

[AGDCENTRO@GMAIL.COM](mailto:AGDCENTRO@GMAIL.COM)

[WWW.AGDCENTRO.ORG](http://WWW.AGDCENTRO.ORG)

25	ACM	Filipa Serrano	Iniciadas	ML	10:30	4
26	AECG	Ana Macário	Iniciadas	ML	10:33	
27	ACM	Raquel Antunes	Iniciadas	ML	10:36	
28	AECG	Ana Melo	Iniciadas	ML	10:39	
29	CNM	AURORA SIMOES	Iniciadas	ML	10:42	
30	AECG	Benedita Fernandes	Iniciadas	ML	10:45	
31	CNM	HELENA MARQUES	Iniciadas	ML	10:48	
32	AECG	Carolina Travassos	Iniciadas	ML	10:51	
33	CNM	LAURA BENEDITO	Iniciadas	ML	10:54	
34	AECG	Leonor Silva	Iniciadas	ML	10:57	
35	CNM	Filipa Lage	Iniciadas	ML	11:00	
36	AECG	Mariana Fernandes	Iniciadas	ML	11:03	
37	CNM	MARGARIDA MOURA	Iniciadas	ML	11:06	
38	AECG	Beatriz Oliveira	Iniciadas	ML	11:09	
39	CNM	Carolina Fonseca	Iniciadas	ML	11:12	
40	AECG	Carlota Matos	Iniciadas	ML	11:15	
41	CNM	RAFAELA FERNANDES	Iniciadas	ML	11:18	
42	AECG	Leonor Alves	Iniciadas	ML	11:21	
43	CNM	Maria Luis	Iniciadas	ML	11:24	
44	AECG	Margarida Silva	Iniciadas	ML	11:27	
45	AECG	Valentina Fernandez	Iniciadas	ML	11:30	

46	ACM	Filipa Serrano	Iniciadas	Corda	11:33
47	AECG	Ana Macário	Iniciadas	Corda	11:38
48	ACM	Raquel Antunes	Iniciadas	Corda	11:43
49	AECG	Ana Melo	Iniciadas	Corda	11:48
50	CNM	AURORA SIMOES	Iniciadas	Corda	11:51
51	AECG	Benedita Fernandes	Iniciadas	Corda	11:56
52	CNM	HELENA MARQUES	Iniciadas	Corda	12:01
53	AECG	Carolina Travassos	Iniciadas	Corda	12:06
54	CNM	LAURA BENEDITO	Iniciadas	Corda	12:11
55	AECG	Leonor Silva	Iniciadas	Corda	12:16
56	CNM	Filipa Lage	Iniciadas	Corda	12:21
57	AECG	Mariana Fernandes	Iniciadas	Corda	12:26
58	CNM	MARGARIDA MOURA	Iniciadas	Corda	12:31
59	AECG	Beatriz Oliveira	Iniciadas	Corda	12:36
60	CNM	Carolina Fonseca	Iniciadas	Corda	12:41
61	AECG	Carlota Matos	Iniciadas	Corda	12:46
62	CNM	RAFAELA FERNANDES	Iniciadas	Corda	12:51
63	AECG	Leonor Alves	Iniciadas	Corda	12:56
64	CNM	Maria Luis	Iniciadas	Corda	13:00
65	AECG	Margarida Silva	Iniciadas	Corda	13:05
66	AECG	Valentina Fernandez	Iniciadas	Corda	13:10
Entrega de prémios					13:15

67	AECG	Bianca Fernandes	Juvenil	Corda	14:30	5
68	AECG	Filipa Alves	Juvenil	Corda	14:35	
69	ACM	Maria Baptista	Juvenil	Corda	14:40	
70	AECG	Núria Capão	Juvenil	Corda	14:45	
71	AECG	Maria Dias	Juvenil	Corda	14:50	
72	AECG	Madalena Monteiro	Juvenil	Corda	14:55	
73	CNM	Ana Laura Cardoso	Junior	Arco	15:00	
74	AECG	Bárbara Fernandes	Junior	Arco	15:05	
75	AECG	Bárbara Monteiro	Junior	Arco	15:10	
76	AECG	Cristiana Nogueira	Junior	Arco	15:15	
77	AECG	Francisca Teixeira	Junior	Arco	15:20	
78	AECG	Mariana Santos	Junior	Arco	15:25	
79	Catgym	Helena Lima	Senior	Arco	15:30	
80	ACM	Carolina Simões	Senior	Arco	15:35	
81	ACM	Ines Meneses	Senior	Arco	15:40	
82	CNM	Inês Ramos	Senior	Arco	15:45	
83	AECG	Tatiana Valente	Senior	Arco	15:50	

84	AECG	Bianca Fernandes	Juvenil	Bola	16:00
85	AECG	Filipa Alves	Juvenil	Bola	16:05
86	ACM	Maria Baptista	Juvenil	Bola	16:10
87	AECG	Núria Capão	Juvenil	Bola	16:15
88	AECG	Maria Dias	Juvenil	Bola	16:20
89	AECG	Madalena Monteiro	Juvenil	Bola	16:25
90	CNM	Ana Laura Cardoso	Junior	Fita	16:30
91	AECG	Bárbara Fernandes	Junior	Fita	16:35
92	AECG	Bárbara Monteiro	Junior	Fita	16:40
93	AECG	Cristiana Nogueira	Junior	Fita	16:45
94	AECG	Francisca Teixeira	Junior	Fita	16:50
95	AECG	Mariana Santos	Junior	Fita	16:55
96	Catgym	Helena Lima	Senior	Maças	17:00
97	ACM	Carolina Simões	Senior	Maças	17:05
98	ACM	Ines Meneses	Senior	Maças	17:10
99	CNM	Inês Ramos	Senior	Maças	17:15
100	AECG	Tatiana Valente	Senior	Maças	17:20
Entrega de prémios					17:30

Associação de Ginástica do Centro  
**Coordenador Técnico de Rítmica**  
 Carla Cristóvão