



ASSOCIAÇÃO DE
GINÁSTICA
DO CENTRO

CIRCULAR DE PROVA

VERSÃO 3 - 25.02.2022

Campeonato Territorial de Trampolim Individual e Sincronizado 26 de fevereiro – Estádio Universitário de Coimbra (Pavilhão 1)

Exmos. Senhores,

A Associação de Ginástica do Centro vem, por este meio, enviar informações relativas ao evento em epígrafe.

TRAMPOLIM SINCRONIZADO

HORÁRIO	TR Aquec 1	TR Aquec 2	TR Comp 1	TR Comp 2
9h30	Abertura do Recinto e Treinos Livres			
10:00 – 10:15	Benjamins F & M			
10:15 – 10:45	Infantis F G1		Benjamins F & M	
10:45 – 11:05	Infantis F G2 + Infantis M		Infantis F G1	
11:05 – 11:25	Iniciados BASE F + Juvenis BASE F + Jun. BASE F + Jun. 1ª DIV F & M + Sen. ELITES F		Infantis F G2 + Infantis M	
11:25 – 12:15			Iniciados BASE F + Juvenis BASE F + Jun. BASE F + Jun. 1ª DIV F & M + Sen. ELITES F	
12:20	Entrega de Prémios Trampolim Sincronizado			

Nota: Os ginastas terão 1 passagem de aquecimento nos trampolins de competição.

Participantes:

AAC - Associação Académica de Coimbra

Clube	Fem	Masc	TOTAL
AAC	72	12	84
TOTAL	72	12	84

Campeonato Territorial de Trampolim Individual e Sincronizado

26 de fevereiro – Estádio Universitário de Coimbra (Pavilhão 1)

TRAMPOLIM INDIVIDUAL

HORÁRIO	TR Aquec 1	TR Aquec 2	TR Comp 1	TR Comp 2
13h00	Treinos Livres			
13:30 – 13:45	Benj. F G1	Inf. M G1 + Inf. F G1		
13:45 – 14:20	Benj. F G2 + Benj M G1	Inf. F G2	Benj. F G1	Inf. M G1 + Inf. F G1
14:20 – 15:05	Ini. BASE F G1	Inf. F G3	Benj. F G2 + Benj M G1	Inf. F G2
			Entrega de Prémios Benjamins + Inf M	
15:05 – 15:40	Ini. BASE F G2 + Ini. BASE M G1	Inf. F G4	Ini. BASE F G1	Inf. F G3
15:40 – 16:25	Juv. BASE F & M + Jun. BASE F + Sen. BASE F	Juv. 1ª DIV F + Jun. 1ª DIV F & M + Sen. 1ª DIV M + Sen. ELITE F	Ini. BASE F G2 + Ini. BASE M G1	Inf. F G4
			Entrega de Prémios Inf + Ini. BASE	
16:25 – 17:05			Juv. BASE F & M + Jun. BASE F + Sen. BASE F	Juv. 1ª DIV F + Jun. 1ª DIV F & M + Sen. 1ª DIV M + Sen. ELITE F
17:10	Entrega de Prémios Restantes Escalões			

Nota: Os ginastas terão 1 passagem de aquecimento nos trampolins de competição.

Participantes:

AAC – Associação Académica de Coimbra

Clube	Fem	Masc	TOTAL
AAC	91	22	113
TOTAL	91	22	113

Informações Complementares – Ginástica de Trampolins

1 – Vestuário

Todos os ginastas têm de usar equipamento de acordo com o que se encontra definido nos regulamentos e Código de Pontuação da Federação de Ginástica de Portugal. Todos os ginastas têm de usar em local regulamentar o emblema da Entidade (e só da Entidade) que representam. 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.

2 – Períodos de Aquecimento

Os períodos de aquecimento intermédios podem ser antecipados até **30 minutos**.

3 – Cartas de Competição

As Cartas de Competição têm de ser entregues na Mesa de Direção de Prova, até **30 minutos** antes do início da competição. Todas as Cartas de Competição têm de ser preenchidas em terminologia oficial, incluindo os valores de dificuldade dos elementos, indicando o número do ginasta e posição no grupo. O não cumprimento destas regras implica que os ginastas não sejam integrados na competição.

4 – Participação na Competição

A presença na competição só é autorizada se todas as questões relativas a pagamentos, filiação e seguro desportivo estiverem solucionados até à data de realização da competição, conforme regulamentado no Manual de Filiações e Provas. Os dirigentes ou treinadores dos clubes presentes deverão indicar todas as faltas no início da competição, **junto à mesa de direção de prova**.

5 – Filiações

Todos os Ginastas, Treinadores e Dirigentes têm de estar devidamente filiados na Federação de Ginástica de Portugal e fazer prova de possuírem Seguro desportivo válido de acordo com a legislação em vigor.

6 – Prémios

Todos os ginastas do escalão Benjamins receberão medalhas de participação. Em cada escalão, haverá entrega de medalhas individuais e por equipas, com exceção do escalão Benjamins na competição de Trampolim Individual, em que a classificação e entrega de medalhas será feita apenas por equipas.

Sem outro assunto de momento, apresentamos os nossos melhores cumprimentos,

Associação de Ginástica do Centro

Carolina Lucas

Diogo Simões Fernandes

Coordenação Técnica G. Trampolins
(Carolina Lucas e Diogo Fernandes)



ASSOCIAÇÃO DE
GINÁSTICA
DO CENTRO

ORDEM DE PASSAGEM TRI

Benjamins Femininas

Grupo 1		
	Nome	Equipa
1	Maria Rita Henriques da Silva	D
2	Milana Zavorotna	A
3	Leonor Marques Tiago	B
4	Filipa Paiva Rodrigues	A
5	Beatriz Lima Freitas	E
6	Júlia Pires Carvalho	C
7	Inês de Gaspar Rodrigues	C
8	Maria Inês Santo	B
9	Benedita Jardim Simões	D
10	Vida Teixeira	A
11	Matilde Gomes Alexandre	E
12	Ana Rita Gouveia	D
13	Matilde Freire de Carvalho	A

Benjamins Masculinos

Grupo 1		
	Nome	Equipa
1	João Francisco Roque	A
2	Duarte Ferrer Sales Gonçalves	B
3	André Rocha Francisco	A
4	Valentin Alekseevich Iria	A
5	Ricardo Maxuel Mendes	B
6	Tiago Faria Mota Feio	A
7	José Pedro Silvestre	B

Grupo 2		
	Nome	Equipa
1	Alice Fonseca Ramos	C
2	Mariana Calado Costa	B
3	Mariana Martins Gaspar	C
4	Sara Freire Rodrigues	D
5	Alice Clode Na Cusé	E
6	Joana Costa Figueiredo	B

Infantis Femininas

Grupo 1		
	Nome	Equipa
1	Leonor Gomes Revez	B
2	Júlia Maria Lisboa Vaz André	F
3	Laura Mendes Gameiro	I
4	Luísa Raposo dos Santos	D
5	Maiara Pires Cianciola	F

Grupo 2		
	Nome	Equipa
1	Mya Derraz Da Silva	G
2	Maria Gabriela Reis	J
3	Lara Oliveira	J
4	Maria Carolina Ribeiro	B
5	Inês Sanches Tapada	A
6	Maria Inês Coutinho Mendes	G
7	Daniela Gonçalves Fonseca	C
8	Laura Filipa Cunha	H
9	Maria Gonçalves Santos	I
10	Júlia Pereira Alves	B
11	Bárbara Beatriz Magalhães Morais	F

Grupo 3		
	Nome	Equipa
1	Sofia Pereira de Oliveira	B
2	Maria Ribeiro Ferreira	E
3	Mariana Brandão Marques Ferreira	F
4	Inês Sofia da Conceição Jesus	G
5	Matilde Pereira Capelo	E
6	Alice Maria Duarte Sousa	G
7	Laura Santiago Espain Januário	E
8	Sofia Carvalho Santos	H
9	Rita Lourenço Costa	H
10	Carolina da Silva Calção	D
11	Nina Cristina Abbasi Martins	E

Grupo 4		
	Nome	Equipa
1	Luana Teixeira	D
2	Diana Rosendo Caetano	D
3	Carolina Domingues Santiago	I
4	Sara Filipe Proença	C
5	Margarida Guedes Martins	C
6	Sofia de Carvalho Andrade	A
7	Maria Inês Areias	J
8	Marta Vidigal Simões	C
9	Victória Dias dos Santos	A
10	Inês Ribeiro Marques	A
11	Leonor Dionísio Ferreira	H

Infantis Masculinos

Grupo 1		
	Nome	Equipa
1	Miguel Henriques Marques	A
2	Gonçalo Teixeira Santos	B
3	Dinis Ferrer Gonçalves	A
4	Henrique Martins	A
5	João Mesquita Neves	B
6	Diogo Sintra Nunes	B

Iniciadas BASE Femininas

Grupo 1		
	Nome	Equipa
1	Maria Carlota Monteiro	D
2	Bárbara Fonseca	D
3	Rita de São José Santos	A
4	Luísa Pereira Capelo	A
5	Joana Borges Faria Moita	A
6	Carolina Duarte	B
7	Matilde Cavaleiro	D

Iniciados BASE Masculinos

Grupo 1		
	Nome	Equipa
1	Miguel Bejarano	-

Grupo 2		
	Nome	Equipa
1	Beatriz Sá Martiniano	A
2	Joana Freitas	B
3	Matilde Felizardo Rodrigues	A
4	Rita Afonso	B
5	Maria Carlota Pires	D
6	Margarida Feio	B

Juvenis BASE Femininas

Grupo 1		
	Nome	Equipa
1	Maria Beatriz Monteiro	A
2	Catarina Conceição	A
3	Rita Francisco	A
4	Maria Luís Garcia	A

Juvenis BASE Masculinos

Grupo 1		
	Nome	Equipa
1	Afonso Roque	-

Juniões BASE Femininas

Grupo 1		
	Nome	Equipa
1	Francisca Correia	A
2	Sofia Loureiro	A
3	Matilde Gomes	A
4	Laura Reis	A

Juvenis 1ª DIV Femininos

Grupo 1		
	Nome	Equipa
1	Íris Costa	-

Juniões 1ª DIV Masculinos

Grupo 1		
	Nome	Equipa
1	Francisco Reis	-

Seniores ELITES Femininas

Grupo 1		
	Nome	Equipa
1	Rita Abrantes	-
2	Joana Abrantes	-

Seniores BASE Femininas

Grupo 1		
	Nome	Equipa
1	Maria Ana Monteiro	-

Juniões 1ª DIV Femininos

Grupo 1		
	Nome	Equipa
1	Maria Dias	-

Seniores 1ª DIV Masculinos

Grupo 1		
	Nome	Equipa
1	João Soares	-



ASSOCIAÇÃO DE
GINÁSTICA
DO CENTRO

ORDEM DE PASSAGEM TRS

Benjamins Femininas

Grupo 1	
Nome	
1	Leonor Marques Tiago
	Alice Fonseca Ramos
2	Inês Gaspar Rodrigues
	Maria Rita Silva
3	Joana Costa Figueiredo
	Mariana Calado Costa
4	Maria Inês Santo
	Júlia Pires Carvalho
5	Milana Zavorotna
	Filipa Paiva Rodrigues

Infantis Femininas

Grupo 2	
Nome	
1	Sofia de Carvalho Andrade
	Victória Dias dos Santos
2	Sofia Pereira de Oliveira
	Maria Carolina Ribeiro
3	Diana Rosendo Caetano
	Luana Teixeira
4	Margarida Guedes Martins
	Sara Filipe Proença
5	Luísa Raposo dos Santos
	Carolina da Silva Calçarão
6	Leonor Gomes Revez
	Júlia Pereira Alves
7	Lara Oliveira
	Maria Gabriela Reis

Benjamins Masculinos

Grupo 1	
Nome	
1	João Francisco Roque
	Tiago Faria Mota Feio
2	André Rocha Francisco
	Valentin Alekseevich Iria

Infantis Femininas

Grupo 1	
Nome	
1	Sofia Carvalho Santos
	Laura Filipa Cunha
2	Rita Lourenço Costa
	Laura Mendes Gameiro
3	Matilde Pereira Capelo
	Maria Ribeiro Ferreira
4	Mariana Brandão Marques Ferreira
	Júlia Maria Lisboa Vaz André
5	Nina Cristina Abbasi Martins
	Bárbara Beatriz Magalhães Morais
6	Maria Inês Coutinho Mendes
	Laura Santiago Espain Januário
7	Maiara Pires Cianciola
	Mya Derraz Da Silva
8	Inês Sofia da Conceição Jesus
	Alice Maria Duarte Sousa
9	Daniela Gonçalves Fonseca
	Marta Vidigal Simões
10	Inês Ribeiro Marques
	Inês Sanches Tapada

Infantis Masculinos

Grupo 1	
Nome	
1	Gonçalo Teixeira Santos
	Diogo Sintra Nunes
2	Miguel Henriques Marques
	Henrique Martins

Juvenis BASE Femininas

Grupo 1	
Nome	
1	Maria Luís Garcia
	Rita Francisco
2	Catarina Conceição
	Maria Beatriz Monteiro

Juniores BASE Femininas

Grupo 1	
Nome	
1	Matilde Gomes
	Francisca Correia
2	Laura Reis
	Sofia Loureiro

Iniciadas BASE Femininas

Grupo 1	
Nome	
1	Matilde Felizardo Rodrigues
	Beatriz Sá Martiniano
2	Rita de São José Santos
	Luísa Pereira Capelo
3	Maria Carlota Pires
	Matilde Cavaleiro
4	Bárbara Fonseca
	Margarida Feio
5	Carolina Duarte
	Joana Freitas

Seniores ELITE Femininas

Grupo 1	
Nome	
1	Joana Abrantes
	Rita Abrantes