

2.º TORNEIO DE NÍVEIS DE GINÁSTICA ACROBÁTICA

21 de Maio – Pavilhão da Inatel da Covilhã (AE3P)

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

HORÁRIO	PROGRAMA
9H30	ABERTURA DO RECINTO
11H00- 11H15	AQUECIMENTO GERAL 1.ª PASSAGEM
11H15 - 11H55	1.ª PASSAGEM
11h55 - 12H10	AQUECIMENTO GERAL 2.ª PASSAGEM
12H10 - 12H50	2.ª PASSAGEM
12H50 - 14H00	ALMOÇO
13H45 - 14H00	AQUECIMENTO GERAL 3.ª PASSAGEM
14H00 - 14H40	3.ª PASSAGEM
14H40 - 14H55	AQUECIMENTO GERAL 4.ª PASSAGEM
14H55 - 15H30	4.ª PASSAGEM
15H30 - 15H35	DEMONSTRAÇÃO CLASSE GpT DA AE3P: ESQUEMA PRODIGY
15H35 - 16H00	CERIMÓNIA PROTOCOLAR

CLUBES	FEMININO	MASCULINO	TOTAL
AE3P	49	1	50
AgCC	39	5	44
CGOH	33	4	37
GRVM	33	3	36
TOTAL	154	13	167

Clubes Participantes:

AE3P – ASSOCIAÇÃO ESTRELA DE TRÊS PONTAS

AgCC – ACROGYM CLUBE DE COIMBRA

CGOH – CLUBE DE GINÁSTICA DE OLIVEIRA DO HOSPITAL

GRVM – GRUPO RECREATIVO “O VIGOR DA MOCIDADE”

Informações Complementares – Ginástica Acrobática

1. Diagramas

- Os diagramas deverão estar em formato pdf e devem ser enviados, por WeTransfer, até às 23:59 de 15 de maio para o e-mail: agdc.acrobatica@gmail.com.
- Os diagramas têm de ser enviados em ficheiros independentes, identificados com número do par/grupo, categoria, escalão, exercício e sigla do clube, usando a seguinte terminologia abaixo apresentada, caso contrário os diagramas não são considerados como enviados.

Ex.: 26_PF_N3_COM_Sigla do Clube

CATEGORIA	SIGLA	NÍVEIS	SIGLA	EXERCÍCIO	SIGLA
Par Feminino	PF	Nível 1	N1	Equilíbrio	EQ
Par Masculino	PM	Nível 2	N2	Dinâmico	DIN
Par Misto	PMx	Nível 3	N3	Combinado	COM
Grupo Feminino	GF	Nível 4	N4		
Grupo Masculino	GM	Nível 5	N5		
		Nível 6	N6		
		Nível 7	N7		

2. Músicas

- As músicas deverão estar em formato mp3 e ser enviadas, por WeTransfer, até às 23:59 de 15 de maio para o e-mail: agdc.acrobatica@gmail.com;
- As músicas devem estar devidamente identificadas utilizando a mesma nomenclatura atribuída aos diagramas;

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

3. Referências Especiais

- 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). O não cumprimento desta regra resulta na impossibilidade de permanência no recinto de competição;
- Os exercícios são realizados com a frente para os painéis de juízes;
- Solicitamos a colaboração de todos os técnicos para que garantam que apenas os ginastas participantes na prova entrem no recinto de competição.
- Os treinadores dos clubes presentes deverão indicar todas as alterações e 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.

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

Associação de Ginástica do Centro
Coordenador Técnico de Acrobática
Joana Santos

1.ª PASSAGEM

PAINEL	ORDEM	N.º	GINASTAS	CLUBE	NÍVEL	CATEGORIA	EXERCÍCIO
1	1	46	Vicente Costa / Rodrigo Silvestre	CGOH	1	PM	COM
2	2	19	Catarina Antunes / Leonor Ferreira	AgCC	1	PF	COM
1	3	48	Duarte Feio / Agostinho Rodrigues	AgCC	1	PM	COM
2	4	20	Leonor Henriques / Mariana Dinis	CGOH	1	PF	COM
1	5	49	Duarte Francisco / Guilherme Silvestre	CGOH	1	PM	COM
2	6	21	Ana Lúcia Bento / Lara Cosra	GRVM	1	PF	COM
1	7	6	Helena Barata / Inês Simões	GRVM	2	PF	COM
2	8	22	Íris Machado / Sofia Rosado	AgCC	1	PF	COM
1	9	7	Luísa Lobo / Maria Salgado	AgCC	2	PF	COM
2	10	23	Letícia Marques / Beatriz Caetano	CGOH	1	PF	COM
1	11	8	Lara Patrício / Sárvia Visandule	GRVM	2	PF	COM
2	12	24	Carolina Cardoso / Rita Costa	GRVM	1	PF	COM
1	13	9	Matilde Leandro / Beatriz Carapito	AE3P	2	PF	COM
2	14	25	Samira Alves / M.ª Rita Lopes	AgCC	1	PF	COM
1	15	10	Constança Quaresma / Diana Simões	GRVM	2	PF	COM
2	16	29	M.ª João Morgado / Beatriz Breia	CGOH	1	PF	COM
1	17	11	M.ª João Garcia / Ísis Fernandes	CGOH	2	PF	COM
2	18	27	Íris Pimentel / Petra Ferreira	GRVM	1	PF	COM
1	19	51	Miriam Gomes / Rita Rodrigues	GRVM	2	PF	COM

2.ª PASSAGEM

PAINEL	ORDEM	N.º	GINASTAS	CLUBE	NÍVEL	CATEGORIA	EXERCÍCIO
1	1	12	Matilde Ferreira / Sofia Barbosa	GRVM	2	PF	COM
2	2	28	Lara Figueiredo / Mariana Figueiredo	AgCC	1	PF	COM
1	3	13	Luísa Lobo / Laura Batista	AgCC	2	PF	COM
2	4	29	M.ª João Brito / Carolina Pereira	CGOH	1	PF	COM
1	5	14	Matilde Santos / Maria Paulino	GRVM	2	PF	COM
2	6	30	Vitória Saraiva / Sofia Sá Rico	GRVM	1	PF	COM
1	7	15	Laura Vaz / Maria Calado	AE3P	2	PF	COM
2	8	31	Elena Ferreira / Beatriz Dias	AgCC	1	PF	COM
1	9	16	Carolina Santos / Leonor Clemente	AgCC	2	PF	COM
2	10	32	Carlota Antunes / Inês Melo	CGOH	1	PF	COM
1	11	17	Lara Geraldo / Laura Lúcio	GRVM	2	PF	COM
2	12	33	Lara Costa / Inês Umbelino	GRVM	1	PF	COM
1	13	18	Rafael Andrade / Júlio Pereira	AgCC	2	PM	COM
2	14	34	Constança Monteiro / M.ª Francisca Santos	AgCC	1	PF	COM
1	15	47	Eduardo Agreira / Pedro Costa	GRVM	2	PM	COM
2	16	44	Daniel Elias / Maria Vitória Bento	AE3P	1	PMx	COM
1	17	35	Clara Gandarês / Leonor Cunha / Micaela Alves	CGOH	3	GF	COM
2	18	45	Manuel Freitas / Alice Correia	AgCC	1	PMx	COM
1	19	36	Luísa Pereira / Mariana Simões	CGOH	3	PF	COM

3.ª PASSAGEM

PAINEL	ORDEM	N.º	GINASTAS	CLUBE	NÍVEL	CATEGORIA	EXERCÍCIO
1	1	56	Maria Garcia / Maria Rita Rodrigues	AE3P	4	PF	COM
2	2	37	Miriam Rosa / Beatriz Ferreira / M.ª Clara Taveira	AgCC	1	GF	COM
1	3	57	Beatriz Meruje / Maria Inês Rodrigues	AE3P	4	PF	COM
2	4	38	Margarida Mendes / Íris Martins / Aaliyah Barbosa	AgCC	1	GF	COM
1	5	58	Leonor Vilela / Victória Janeiro	GRVM	4	PF	COM
2	6	39	Salomé Parreira / M.ª Inês Ferreira / M.ª Leonor Jorge	AgCC	1	GF	COM
1	7	59	Ana Ruas / Sofia Lucas	AgCC	4	PF	COM
2	8	40	Raquel Correia / Lídia Lemos / Elsie Bates	CGOH	1	GF	COM
1	9	60	Sara Tomás / Sofia Pombo	AE3P	4	PF	COM
2	10	41	Epandi Masculino / Diana Silva / Teresa Dias	AgCC	1	GF	COM
1	11	62	Maria Inês Teixeira / Ana Luísa Delgado	AE3P	4	PF	COM
2	12	42	Mariana Baptista / Leonor Cardoso / M.ª Clara Rabaça	AgCC	1	GF	COM
1	13	63	Daniela Pais / Íris Augusto / Mariana Paiva	AE3P	5	GF	COM
2	14	43	Sofia Carvalho / Gabriela Pardal / M.ª Clara Sousa	AgCC	1	GF	COM
1	15	64	Joana Mota / Leonor Fernandes / Diana Figueiredo	CGOH	5	GF	COM
2	16	54	Frederico Moreira / Renata Gomes	AE3P	4	PMx	COM
1	17	65	Beatriz Gamboa / Leonor Cornélio / Filipa Carecho	AE3P	5	GF	COM
2	18	55	Lourenço Oliveira / Palmira Amado	GRVM	4	PMx	COM

4.ª PASSAGEM

PAINEL	ORDEM	N.º	GINASTAS	CLUBE	NÍVEL	CATEGORIA	EXERCÍCIO
1	1	1	Matilde Pereira / Sofia Batista / Lara Silva	AE3P	2	GF	COM
2	2	50	Dianna Martins / Núria Sampaio / Ana Sofia Gil	AE3P	4	GF	COM
1	3	2	Juliana Condeço / Laura Florentim / Matilde Simões	AE3P	2	GF	COM
2	4	52	Frederica Ribeiro / Mariana Cutelo / Matilde Araújo	AE3P	4	GF	COM
1	5	3	Maria Clara Silva / Maria Mel Ribeiro / Elisa Oliveira	AE3P	2	GF	COM
2	6	53	Margarida Teixeira / Maria Clemente / M.ª Inês Almeida	GRVM	4	GF	COM
1	7	4	Bianca Proença / Julieta Alfredo / Beatriz Castro	AE3P	2	GF	COM
2	8	66	Luísa Baltazar / Inês Gomes	AE3P	5	PF	COM
1	9	5	Leonor Barata / Mafalda Lança / Maria Miguel Miranda	AE3P	2	GF	COM
2	10	67	Margarida Costa / Maria Santos / Oriana	CGOH	7	GF	COM
1	11	70	Francisca Ramos / Alana Silva	CGOH	7	PF	COM
2	12	68	Inês Figueiró / Joanna Martins / Mariana Gavinhos	AE3P	7	GF	COM
1	13	71	Patrícia Correia / Laura Madaleno	AE3P	7	PF	COM
2	14	69	Carolina Santos / Beatriz Fernandes / Dalila	CGOH	7	GF	COM
1	15	72	Leonor Brito / Lara Marques	CGOH	7	PF	COM