



ASSOCIAÇÃO DE
GINÁSTICA
DO **CENTRO**

CAMPEONATO TERRITORIAL DE BASE E INFANTIS DE GINÁSTICA ACROBÁTICA

VERSÃO 3

05 DE MAIO DE 2024 - AAC

ESTÁDIO UNIVERSITÁRIO DE COIMBRA – PAVILHÃO 3

HORÁRIO	ESCALÃO	PROGRAMA	
		PAINEL 1	PAINEL 2
9H00	BASE	ABERTURA DO RECINTO DO PAVILHÃO 2 - AQUECIMENTO	
10H20-10H30		AQUECIMENTO GERAL 1.ª PASSAGEM	
10H30-11H50		<u>COMPETIÇÃO: 1.ª PASSAGEM</u>	
11H50-12H00		GF INF	GF INI
12H00-13H05		AQUECIMENTO GERAL 2.ª PASSAGEM	
13H05-13H20		<u>COMPETIÇÃO: 2.ª PASSAGEM</u>	
		GF INF + PMx INF + PM INF + PMx INI + GF JUV	PF INI + PF JUV
		CERIMÓNIA PROTOCOLAR	

HORÁRIO	ESCALÃO	PROGRAMA	
		PAINEL 1	PAINEL 2
14H20-14H30	BASE	AQUECIMENTO GERAL 3.ª PASSAGEM	
14H30-15H50		<u>COMPETIÇÃO: 3.ª PASSAGEM</u>	
15H50-16H10		PF INF	PF JUN + PM INI + PM JUN + GF JUN + PMx JUN
	CERIMÓNIA PROTOCOLAR		

Clubes Participantes:

1. **AAC** – ASSOCIAÇÃO ACADÉMICA DE COIMBRA - SECÇÃO DE GINÁSTICA
2. **ACG** – ACADEMIA CANTANHEDEGYM
3. **AE3P** – ASSOCIAÇÃO ESTRELA DE TRÊS PONTAS
4. **AGCC** – ACROGYM CLUBE DE COIMBRA
5. **AGCX** – ASSOCIAÇÃO DE GINÁSTICA DE CONDEIXA
6. **ALBI** – ASSOCIAÇÃO JUVENIL, GIMNODESPORTIVA E CULTURAL MAGDA ROCHA
7. **CGOH** – CLUBE DE GINÁSTICA DE OLIVEIRA DO HOSPITAL
8. **GRVM** – GRUPO RECREATIVO “O VIGOR DA MOCIDADE”

CLUBES	FEMININO	MASCULINO	TOTAL
AAC	47	1	48
ACG	18	4	22
AE3P	29	2	31
AgCC	28	0	28
AGCX	18	2	20
ALBI	14	0	14
CGOH	18	0	18
GRVM	30	3	33
TOTAL	202	12	214

Informações Complementares:

1. DIAGRAMAS

- 1.1. Os diagramas deverão estar em formato pdf e devem ser enviados, por WeTransfer, até às 23:59 do dia 29 de abril para o e-mail: agdc.acrobatica@gmail.com;
- 1.2. 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.: 24_GF_INF_COM_AGDC

CATEGORIA	SIGLA	ESCALÃO BASE	SIGLA
PARES FEMININOS	PF	INFANTIL	INF
PARES MASCULINOS	PM	INICIADO	INIC B
PARES MISTOS	PMx	JUVENIL	JUV B
GRUPOS FEMININOS	GF	JÚNIOR	JUN B
GRUPOS MASCULINOS	GM	SÉNIOR	SEN B

2. MÚSICAS

- 2.1. As músicas deverão estar em formato mp3 e ser enviadas, por WeTransfer, até às 23:59 do dia 29 de abril para o e-mail: agdc.acrobatica@gmail.com;
- 2.2. As músicas devem estar devidamente identificadas utilizando a mesma nomenclatura atribuída aos diagramas;
- 2.3. 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

- 3.1. 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;**
- 3.2. 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;**
- 3.3. Os exercícios são realizados com a frente para os painéis de juízes;**
- 3.4. Solicitamos a colaboração de todos os técnicos para que garantam que apenas os ginastas participantes na prova entrem no recinto de competição.**
- 3.5. Os treinadores dos clubes presentes deverão indicar todas as alterações e faltas no início da competição, na mesa de direção de prova.**
- 3.6. 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

N.º	GINASTAS	CLUBE	ESC	CAT	EQUIPA	PAINEL
1	Maria Pais / Joana Moita / Alice Ramos	AAC	INF	GF	AAC,1	1
2	Inês Jacinto/Bárbara Correia/Maria Salgado	AgCC	INIC B	GF	AgCC,2	2
3	Laura Marques / Margarida Fernandes / Maria Clara Silva	AE3P	INF	GF	AE3P,2	1
4	Leonor Marques / M ^a Luísa Lança / M ^a Inês Almeida	GRVM	INIC B	GF	GRVM,2	2
5	Íris Silva / Maria Ferreira / Olívia Taborda	AGCX	INF	GF	AGCX,1	1
6	Ana Marta Duvergé / Luísa Margato / Miriam Rosa	AgCC	INIC B	GF	AgCC,1	2
7	Leonor Revez / Luísa Santos / Leonor Ferreira	AAC	INF	GF	AAC,3	1
8	Suraje Pinto / Margarida Teixeira / Leonor Reis	GRVM	INIC B	GF	-	2
9	Mariana Paiva / Carolina Ramos/ M ^a Inês Rodrigues	AE3P	INF	GF	-	1
10	Núria Sampaio / Mariana Gavinhos / Sofia Pombo	AE3P	INIC B	GF	-	2
11	Leonor Cunha / Ísis Fernandes / Luísa Pereira	CGOH	INF	GF	CGOH,1	1
12	Maria Beatriz Dias / Maria Faria / Maria Inês Ferreira	AgCC	INIC B	GF	AgCC,1	2
13	Daniela Pestana / Miriam Gomes / Helena Barata	GRVM	INF	GF	GRVM,1	1
14	Sofia Godinho / Sofia Vilhena / Laura Batista	AgCC	INIC B	GF	-	2
15	Sofia Baptista / Júlia Alves / Sara Proença	AAC	INF	GF	AAC,4	1
16	Leonor Marques / Matilde Marques / Mariana Antunes	ALBI	INIC B	GF	-	2
17	Sara Tomas / Beatriz Alves / Melissa Francisco	AE3P	INF	GF	AE3P,1	1
18	Dianna Martins / Mariana Cutelo / Ana Sofia Gil	AE3P	INIC B	GF	-	2
19	Laura Camelo / Beatriz Ribeiro / Constança Pires	ALBI	INF	GF	-	1
20	Maria Inês Cardoso / Ana Ruas / Beatriz Neto	AgCC	INIC B	GF	AgCC,2	2
21	Sofia Santos / Laura Cunha / Leonor Lagarto	AAC	INF	GF	AAC,4	1
22	Diana Tavakoli / Beatriz Martiniano / Matilde Rodrigues	AAC	INIC B	GF	AAC,2	2
23	Julieta Alfredo / Bianca Proença / Clara Fernandes	AE3P	INF	GF	AE3P,1	1
24	Joana Rocha / M ^a Inês Luís / Luena Lopes	GRVM	INIC B	GF	GRVM,2	2
25	Elsie Bates / Maria João Garcia / Clara Gandarês	CGOH	INF	GF	CGOH,1	1
26	Frederica Ribeiro / M ^a Inês Teixeira / Maria Garcia	AE3P	INIC B	GF	-	2

2.ª PASSAGEM

N.º	GINASTAS	CLUBE	ESC	CAT	EQUIPA	PAINEL
27	Matilde Martins / Maria Marques	AAC	INI B	PF	AAC,2	2
28	Lara Geraldo / MªJoão Rocha / Margarida Redinha	GRVM	INF	GF	GRVM,1	1
29	Filipa Silva/Constança Monteiro	AgCC	INIC B	PF	AgCC,1	2
30	Inês Fonseca / Luana Teixeira / Bárbara Morais	AAC	INF	GF	AAC,5	1
31	Teresa Simões/MªTeresa Mógo	GRVM	INIC B	PF	GRVM,2	2
32	Lara Ramos / Beatriz Cunha / Carminho Santos	ALBI	INF	GF	-	1
33	Mafalda Almeida / Maria Jerónimo	AGCX	INIC B	PF	-	2
34	Alice Abrantes / Sofia Oliveira / Margarida Nobre	AAC	INF	GF	AAC,6	1
35	Eva Silva / Maria Inês Mendes	ACG	INIC B	PF	ACG,1	2
36	Gonçalo Neves / Eliza Cunha	AE3P	INF	PMx	AE3P,2	1
37	Matilde Quinteiro / Victória Santos	AAC	INI B	PF	AAC,2	2
38	Lourenço Oliveira / Carminho Almeida	GRVM	INF	PMx	-	1
39	Beatriz Pereira / Maria Matos	ALBI	INIC B	PF	-	2
40	Simão Ferreira / Diana Caetano	AAC	INF	PMx	AAC,1	1
41	Carolina Sousa/Matilde Jacinto	AgCC	INIC B	PF	AgCC,2	2
44	Gustavo Pimentel / José Pimentel	AGCX	INF	PM	AGCX,1	1
51	Diana Lima / Maria Carvalho	AGCX	JUV B	PF	-	2
46	João Vítor Souza / Laura Salvador	ACG	INIC B	PMx	ACG,1	1
47	Joana Gouveia/Inês Rodrigues	GRVM	JUV B	PF	-	2
48	Joana Mota / Carolina Santos / Diana Figueiredo	CGOH	JUV B	GF	-	1
49	Mafalda Oliveira / Maria Silva	ACG	JUV B	PF	ACG,2	2
50	Mariana Lemos/Mª Benedita Braz/Rita Gomes	AgCC	JUV B	GF	AgCC,3	1
45	Bárbara Ribeiro / Sara Alves	AGCX	JUV B	PF	-	2
52	Matilde Madeira/Lara Lopes/Matilde Gonçalves	GRVM	JUV B	GF	-	1
53	Eduarda Falé / Sofia Vieira	ACG	JUV B	PF	ACG,2	2
54	Francisca Machado / Camila Tomé / Heloísa Macedo	ACG	JUV B	GF	ACG,2	1
55	Mª Carolina Rocha/Beatriz Ferreira	AgCC	JUV B	PF	AgCC,3	2
43	Constança Heleno / Sofia Santos / Luna Santiago	AgCC	JUV B	GF	AgCC,3	1
69	Daniela Pais / Íris Augusto / Matilde Araújo	AE3P	JUV B	GF	-	1

3.ª PASSAGEM

N.º	GINASTAS	CLUBE	ESC	CAT	EQUIPA	PAINEL
56	Mafalda Henriques / Doralice Sousa	AAC	INF	PF	AAC,4	1
57	Alexandra Garcia / Lia Dias	ACG	JUN B	PF	ACG,3	2
62	Maria Joana Godinho / Maria Oliveira	ACG	INF	PF	-	1
59	Leonor Costa / Isabela Apolónia	GRVM	JUN B	PF	GRVM,3	2
60	Matilde Carvalho / Teresa Miranda	AAC	INF	PF	AAC,5	1
61	Leonor Brito / Lara Marques	CGOH	JUN B	PF	-	2
58	Diva Isidoro / Mariana Sousa	AGCX	INF	PF	-	1
63	João Pedro Souza / Rodrigo Timóteo	ACG	INIC B	PM	ACG,1	2
64	Romilly Kaplan / Martina Jorge	AAC	INF	PF	AAC,5	1
65	Guilherme Menezes / João Redinha	GRVM	JUN B	PM	GRVM,3	2
66	Lídia Lemos / Maria João Brito	CGOH	INF	PF	CGOH,1	1
67	Júlia Rodrigues / Leonor Simões / Laura Torres	AAC	JUN B	GF	-	2
68	Maria Câmara / Beatriz Vasconcelos	AAC	INF	PF	AAC,1	1
71	Maria Monteiro / Laura Santos / Inês Silva	AGCX	JUN B	GF	-	2
70	Sofia Rodrigues/Leonor Clemente	AgCC	INF	PF	-	1
73	Maria Fernandes/Francisca Serens/Beatriz Silva	GRVM	JUN B	GF	GRVM,3	2
72	Matilde Capelo / Marta Simões	AAC	INF	PF	AAC,3	1
75	Maria Moreira / Lara Lourenço / Beatriz Lourenço	ALBI	JUN B	GF	-	2
74	Filipa Lage / Joana Panão	AGCX	INF	PF	AGCX,1	1
77	Margarida Costa/Maria Santos/Oriana Gonçalves	CGOH	JUN B	GF	-	2
76	Carolina Terra / Laura Gameiro	AAC	INF	PF	AAC,3	1
79	Mariana Lages / Letícia Batista / Heidi Dias	ACG	JUN B	GF	ACG,3	2
78	Leonor Vilela / Victória Janeiro	GRVM	INF	PF	GRVM,1	1
81	Patrícia Lopes / Marta Marques / Laura Madaleno	AE3P	JUN B	GF	-	2
80	Maria Henriques / Carolina Calçarão	AAC	INF	PF	AAC,6	1
83	João Pedro Souza / Margarida Nunes	ACG	JUN B	PMx	ACG,3	2
82	Beatriz Breia / Maria João Morgado	CGOH	INF	PF	-	1
84	Margarida Martins / Daniela Fonseca	AAC	INF	PF	AAC,6	1
85	Alice Couto / Petra Isidoro	AGCX	INF	PF	-	1
86	Beatriz Freitas / Maria Inês Fanfa	AAC	INF	PF	-	1