

# CIRCULAR DE PROVA

## Campeonato Territorial de Mini Trampolim e Encontro de Benjamins

10 de maio – Estádio Universitário de Coimbra (Pavilhão 1) Versão 1 - 06/05/2025

Exmos. Senhores,

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

| Horário       | Atividade                             | MT 1           | MT 2      | MT 3                             |
|---------------|---------------------------------------|----------------|-----------|----------------------------------|
| 14:30         | Abertura do Recinto                   |                |           |                                  |
| 15:00         | Treinos Livres                        |                |           |                                  |
| 15:30 – 15:40 | Aquecimento                           | Benj B F G1    | Benj F G1 | Inf F + M + Ini. F + M           |
| 15:40 – 16:00 | Competição                            |                |           |                                  |
| 16:00 – 16:10 | Aquecimento                           | Benj B F G2    | Benj F G2 | Juv. F + M + Jun. F + M + Sen. M |
| 16:10 – 16:30 | Competição                            |                |           |                                  |
| 16:30 – 16:40 | Aquecimento                           | Benj B F G3    | Benj F G3 | Benj B M                         |
| 16:40 – 17:00 | Competição                            |                |           |                                  |
| 17:00 – 17:30 | Entrega de Prêmios                    | Treinos Livres |           |                                  |
| 17:30 – 17:40 | Aquecimento                           | Benj M         | Benj F G4 |                                  |
| 17:40 – 18:00 | Competição                            |                |           |                                  |
| 18:00 – 18:10 | Aquecimento                           |                | Benj F G5 |                                  |
| 18:10 – 18:30 | Competição                            |                |           |                                  |
| 18:30 – 18:40 | Aquecimento                           |                | Benj F G6 |                                  |
| 18:40 – 19:00 | Competição                            |                |           |                                  |
| 19:05         | Entrega de Prêmios restantes escalões |                |           |                                  |

Participantes:

**AAC – Associação Académica de Coimbra**

**AGCX – Associação de Ginástica de Condeixa**

**Albigym – Associação Juvenil, Gimnodesportiva e Cultural Magda Rocha**

**GCADONAS – Fundação**

## **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. Pessoas externas à competição não estão autorizadas a entrar e/ou permanecer no recinto de competição.

### **2 – Períodos de Aquecimento e Prova**

Os períodos de aquecimento intermédios e a prova podem ser antecipados até **30 minutos**, em acordo com decisão da Direção de Prova.

### **3 – 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**.

### **4 – Filiações**

Todos os Juízes, 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.

### **5- Bar**

A pedido da direção relembramos que o exercício de bar tem de ser previamente autorizado pela mesma, sendo de informar que nesta prova o bar será da responsabilidade da AGDCentro.

## **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**



Coordenador Técnico Trampolins  
(Diogo Fernandes)

# ORDEM DE PASSAGEM

<https://sporttech.io/events/92b87063-5457-4912-6001-a69334ce445e/ovs/event/TRA>