



ASSOCIAÇÃO DE
GINÁSTICA
DO **CENTRO**

CAMPEONATO TERRITORIAL DE BASE E INFANTIS DE GINÁSTICA ACROBÁTICA

24 DE MAIO DE 2025 - AAC

ESTÁDIO UNIVERSITÁRIO DE COIMBRA – PAVILHÃO 1

PROGRAMA

HORÁRIO	ESCALÃO	MANHÃ	
	BASE	PAINEL 1	PAINEL 2
09H15-09H45		ABERTURA DO RECINTO (Acesso ao praticável de aquecimento)	
09H45-10H00		AQUECIMENTO GERAL 1.ª PASSAGEM	
10H00-10H40		COMPETIÇÃO: 1.ª PASSAGEM	
10H40-10H55		PF INF	PF INI B
10H55-11H35		AQUECIMENTO GERAL 2.ª PASSAGEM	
11H35-11H50		COMPETIÇÃO: 2.ª PASSAGEM	
11H50-12H30		PF INF	PF INI B+ PM INI B + PMx INI B
		AQUECIMENTO GERAL 3.ª PASSAGEM	
		COMPETIÇÃO: 3.ª PASSAGEM	
		PF INF + PMx INF + GF INF	GF INI B

HORÁRIO	ESCALÃO	TARDE	
	BASE	PAINEL 1	PAINEL 2
13H30-13H45		RE-ABERTURA DO RECINTO (Acesso ao praticável de aquecimento)	
13H45-14H00		AQUECIMENTO GERAL 4.ª PASSAGEM	
14H00-14H50		COMPETIÇÃO: 4.ª PASSAGEM	
14H50-15H05		GF INF	GF INI B
15H05-15H45		AQUECIMENTO GERAL 5.ª PASSAGEM	
15H45-16H00		COMPETIÇÃO: 5.ª PASSAGEM	
16H00-16H40		GF INF + PF JUV B	GF INI B + PF JUN B
16H40-16H55		AQUECIMENTO GERAL 6.ª PASSAGEM	
16H55-17H35		COMPETIÇÃO: 6.ª PASSAGEM	
		PF JUV B + PMx JUV B + GF JUV B	PF JUN B + PMx JUN B + GF JUN B
17H35-17H55		AQUECIMENTO GERAL 7.ª PASSAGEM	
		COMPETIÇÃO: 7.ª PASSAGEM	
		GF JUV B + PM JUV B + PMx SEN B + GF SEN B	GF JUN B
	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	50	3	53
ACG	16	2	18
AE3P	25	2	27
AGCC	20	0	20
AGCX	20	0	20
ALBI	26	2	28
CGOH	13	0	13
GRVM	35	4	39
TOTAL	205	13	218

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 19 de maio 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	INIADO	INI 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 19 de maio 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. Não é permitida a permanência no recinto de prova a elementos não autorizados pela Associação de Ginástica do Centro;**
- 3.6. Os treinadores dos clubes presentes deverão indicar todas as alterações e faltas no início da competição, na mesa de direção de prova;**
- 3.7. A recolha de imagens no recinto de prova carece de autorização expressa da Associação de Ginástica do Centro. Para além de imagens recolhidas pela própria instituição, cada clube deverá designar um elemento do seu clube responsável pelos registos fotográficos ao longo dos esquemas, sendo que esses registos deverão ser partilhados com a AGDC para divulgação a todos os clubes participantes.**

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

Associação de Ginástica do Centro
Coordenadora Técnica de Acrobática
Raquel Coelho

1.ª PASSAGEM

N.º	GINASTAS	CLUBE	ESC	CAT	EQUIPA	PAINEL
1	Maria Correia / Maria Fonseca	AAC	INF	PF		1
2	Victória Janeiro / Matilde Ferreira	GRVM	INI B	PF	13	2
3	Matilde Gil / Giovanna Ginja	ALBI	INF	PF		1
4	Beatriz Dias / Beatriz Neto	AgCC	INI B	PF	10	2
5	Emma Rosa / Maria Martins	AAC	INF	PF	3	1
6	Beatriz Pereira / Mariana Almeida	ALBI	INI B	PF	11	2
7	Sofia Martins / Bianca Malhão	AAC	INF	PF	2	1
8	Bárbara Ribeiro / Joana Panão	AGCx	INI B	PF	18	2
9	Mariana Paiva / Beatriz Carapito	AE3P	INF	PF		1
10	Madalena Pereira / Leonor Vilela	GRVM	INI B	PF	12	2
11	Diva Isidoro / Camila Lourenço	AGCx	INF	PF		1
12	Leonor Clemente / Sofia Rodrigues	AgCC	INI B	PF	10	2
13	Maria Ferreira / Petra Isidoro	AGCx	INF	PF		1

2.ª PASSAGEM

N.º	GINASTAS	CLUBE	ESC	CAT	EQUIPA	PAINEL
14	Leonor Pinto / Mariana Isidoro	AGCx	INI B	PF		2
15	Francisca Pinto / Mª João Rocha	GRVM	INF	PF	7	1
16	Maria Fanfa / Beatriz Dias	AAC	INI B	PF	8	2
17	Margarida Martins / Carolina Cristóvão	AAC	INF	PF	1	1
18	João Monteiro / Frederico Moreira	AE3P	INI B	PM	9	2
19	Alice Correia / Diana Silva	AgCC	INF	PF	5	1
20	Íris Fernandes / Eduardo Agreira	GRVM	INI B	PMx	13	2
21	Íris Henriques / Mª Francisca Santos	AGCx	INF	PF		1
22	David Nabais / Lara Lopes	ALBI	INI B	PMx		2
23	Diana Martins / Maria Nabais	AAC	INF	PF	2	1
24	Helena Barata / João Redinha	GRVM	INI B	PMx	13	2
25	Rita Marques / Maria Neves	AAC	INF	PF	1	1
26	Constança Ferreira / Manuel Simões	AAC	INI B	PMx		2

3.ª PASSAGEM

N.º	GINASTAS	CLUBE	ESC	CAT	EQUIPA	PAINEL
27	Matilde Araújo / Melissa Francisco	AE3P	INF	PF	4	1
28	Alice Couto / Íris Silva / Olívia Taborda	AGCx	INI B	GF	18	2
29	Maria Brito / Lídia Lemos	CGOH	INF	PF		1
30	Luena Lopes / Matilde Ramos / Joana Rocha	GVRM	INI B	GF	12	2
31	Teresa Miranda / Júlia André	AAC	INF	PF	3	1
32	Maria Gerónimo / Lara Geraldo / Margarida Teixeira	GVRM	INI B	GF	12	2
33	Maria Oliveira / Rodrigo Timóteo	ACG	INF	PMx		1
34	Leonor Marques / Matilde Marques / Mariana Antunes	ALBI	INI B	GF		2
35	Carminho Almeida / Lourenço Oliveira	GRVM	INF	PMx		1
36	Beatriz Ribeiro / Laura Camelo / Constança Pires	ALBI	INI B	GF	11	2
37	Petra Janeiro / Sárvia Visandule / Rita Costa	GRVM	INF	GF		1
38	Carolina Zuzarte / Mª Inês Cardoso / Sofia Vilhena	AgCC	INI B	GF	10	2
39	Carolina Rocha / Maria Paulino / Daniela Pestana	GRVM	INF	GF	7	1

4.ª PASSAGEM

N.º	GINASTAS	CLUBE	ESC	CAT	EQUIPA	PAINEL
40	Rita Carvalho / Beatriz Meruje / Elisa Oliveira	AE3P	INI B	GF		2
41	Teresa Ferreira / Kauanny Silveira / Matilde Capelo	AAC	INF	GF		1
42	Maria Medronho / Maria Pais / Sofia Baptista	AAC	INI B	GF	8	2
43	Julietta Alfredo / Bianca Proença / Clara Fernandes	AE3P	INF	GF	4	1
44	Beatriz Cunha / Francisca Sequeira / Carminho Santos	ALBI	INI B	GF	11	2
45	Sofia Santos / Maria Clemente / Miriam Gomes	GRVM	INF	GF	7	1
46	Margarida Tapada / Diana Campises / Joana Moita	AAC	INI B	GF	8	2
47	Mª Benedita Adónis / Mª Clara Silva / Mª Clara Silva	AE3P	INF	GF		1
48	Mariana Gavinhos / Dianna Martins / Renata Gomes	AE3P	INI B	GF	9	2
49	Leonor Ferreira / Sofia Santos / Laura Cunha	AAC	INF	GF	2	1
50	Maria Pereira / Ísis Fernandes / Leonor Cunha	CGOH	INI B	GF		2
51	Sara Tomás / Ana Luísa Delgado / Lara Silva	AE3P	INF	GF	4	1
52	Matilde Duarte / Filipa Lage / Mariana Sousa	AGCx	INI B	GF	18	2

5.ª PASSAGEM

N.º	GINASTAS	CLUBE	ESC	CAT	EQUIPA	PAINEL
53	Maria Francisco / Maria Silva / Beatriz Freitas	AAC	INF	GF	3	1
54	Núria Sampaio / Daniela Pais / Sofia Pombo	AE3P	INI B	GF	9	2
55	Maria Morgado / Leonor Pires / Beatriz Breia	CGOH	INF	GF		1
56	Mª Inês Mendes / Maria Rocha / Eva Silva	ACG	INI B	GF		2
57	Catarina Relva / Yara Madeira / Maria Fresco	AgCC	INF	GF	5	1
58	Diana Figueiredo / Carolina Santos	CGOH	JUN B	PF		2
59	Bárbara Morais / Maria Arede / Inês Fonseca	AAC	INF	GF	1	1
60	Maria Silva / Alexandra Garcia	ACG	JUN B	PF	15	2
61	Mariana Rocha / Luísa Lobo / Lara Monteiro	AgCC	INF	GF	5	1
62	Inês Rodrigues / Joana Gouveia	GRVM	JUN B	PF	17	2
63	Maria Salgado / Bárbara Correia	AgCC	JUV B	PF		1
64	Mª Carlota Pinto / Laura Ataíde	AgCC	JUN B	PF		2

6.ª PASSAGEM

N.º	GINASTAS	CLUBE	ESC	CAT	EQUIPA	PAINEL
66	Matilde Soares / Maria Matos	ALBI	JUN B	PF	16	2
67	Íris Azul / Ana Rasia	AAC	JUV B	PF	14	1
68	Beatriz Vasconcelos / Maria Oliveira	AAC	JUN B	PF		2
69	Sara Alves / Francisca Machado	GRVM	JUV B	PF		1
70	Mafalda Almeida / Miriam Rosa	AGCx	JUN B	PF		2
71	Isabel Santos / Tomás Gouveia	AAC	JUV B	PMx	14	1
72	Laura Santos / Inês Silva	AGCx	JUN B	PF		2
73	Matilde Rodrigues / Simão Ferreira	AAC	JUV B	PMx		1
74	Margarida Nunes / João Pedro Souza	ACG	JUN B	PMx	15	2
75	Mariana Cutelo / Mª Inês Teixeira / Ana Sofia Gil	AE3P	JUV B	GF		1
76	Joana Sá / Guilherme Menezes	GRVM	JUN B	PMx	17	2

7.ª PASSAGEM

N.º	GINASTAS	CLUBE	ESC	CAT	EQUIPA	PAINEL
78	Lara Lourenço / Maria Moreira / Beatriz Lourenço	ALBI	JUN B	GF	16	2
79	Laura Marson / Camila Tomé / Francisca Machado	ACG	JUV B	GF		1
80	Matilde Ferreira / Clara Silva / Elesa Chen	ALBI	JUN B	GF		2
81	Mafalda Henriques / Maria Costa / Maria Anjos	AAC	JUV B	GF	14	1
82	Lia Dias / Mafalda Oliveira / Eduarda Falé	ACG	JUN B	GF		2
83	Mª Inês Ferreira / Mª Benedita Braz / Luísa Margato	AgCC	JUV B	GF		1
84	Matilde Gonçalves / Francisca Serens / Suraje Pinto	GRVM	JUN B	GF	17	2
85	Diana Caetano / Lara Duarte / Mª João Câmara	AAC	JUV B	GF		1
86	Heidi Dias / Letícia Batista / Mariana Lages	ACG	JUN B	GF	15	2
87	Rodrigo Timóteo / João Pedro Souza	ACG	JUV B	PM		1
88	Leonor Matos / Beatriz Barata / Iara Ribeiro	ALBI	JUN B	GF	16	2
89	André Lucas / Carolina Lopes	ALBI	SEN B	PMx		1
90	Lara Marques / Margarida Costa / Maria Santos	CGOH	JUN B	GF		2
91	Vitória Santos / Matilde Quinteiro / Mª Leonor Rato	AAC	SEN B	GF		1