

CIRCULAR DE PROVA

VERSÃO 1 – 25/01/2026

Campeonato Territorial de Duplo Minitrampolim e Tumbling

14 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.

HORÁRIO	Atividade	Tumbling	Airtrack	
8:45		Abertura do Recinto		
9:00		Treinos Livres		
9:30 – 9:45	Aquecimento			
9:45 – 10:15	Competição	Iniciados BASE F + M + Juv. BASE F	Benjamins F & M	
10:15 – 10:30	Aquecimento			
10:30 – 11:00	Competição	Juv. BASE F+ M + Jun. BASE F + Sen. BASE F	Infantis Femininos G1	
11:00 – 11:15	Aquecimento			
11:15 – 11:45	Competição	Todos os escalões de 1 ^a divisão	Infantis Femininos G2 + Infantis M	
11:45 – 12:05	Aquecimento	Iniciados BASE F + Juv. F + Sen. F AGDL	N1 G1	
12:05 – 12:35	Competição			
12:35 – 12:50	Aquecimento			
12:50 – 13:20	Competição		N1 G2 + N3	
13:25		Entrega de prémios		
14:00 – 14:45		Treinos Livres		
14:45 – 15:00	Aquecimento		N1 + N2 AGL + Infantis AGDL	
15:00 – 15:30	Competição			
15:30 – 15:45		Entrega de prémios		

Participantes TUM:

AAC - Associação Académica de Coimbra

Albigym - Associação Juvenil, Gimnodesportiva e Cultural Magda Rocha

ZakiGym – União Ginástica Albicastrense

GCADONAS – Fundão

Clube	TOTAL
AAC	55
Albigym	13
ZakiGym	3
GCADONAS	20
TOTAL	91

HORÁRIO	Atividade	DMT
Abertura do Recinto		
14:00 – 14:45		Treinos Livres
14:45 – 15:00	Aquecimento	Inic. BASE M + Juv. BASE F + Jun. BASE F
15:00 – 15:30	Competição	
15:30 – 15:45	Aquecimento	Infantis Femininos + Inic. BASE F
15:45 – 16:15	Competição	
16:15 – 16:30	Aquecimento	Todos os escalões 1ª divisão + Elites
16:30 – 17:00	Competição	
17:05		Entrega de Prémios

Participantes DMT:

AAC – Associação Académica de Coimbra

Clube	TOTAL
AAC	34
TOTAL	34

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

Não serão necessárias cartas de 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 ainda entrega de medalhas. Nos restantes escalões, haverá entrega de medalhas individuais e por equipas.

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

Associação de Ginástica do Centro

Coordenador Técnico G. Trampolins

Diogo Simões Fernandes

(Diogo Fernandes)

ORDEM DE PASSAGEM

<https://sporttech.io/events/f0ea50ba-26f6-44fe-4a9b-13d8670f1931/ovs/event/TUM>

Ordem de passagem AGDL

<https://sporttech.io/events/f3122b2d-1d86-4bea-79d1-1386bd0272e4/ovs/event/TUM>