



ASSOCIAÇÃO DE
GINÁSTICA
DO **CENTRO**

CAMPEONATO TERRITORIAL DE INFANTIS DE GINÁSTICA ACROBÁTICA

29 DE MARÇO DE 2026

ESTÁDIO UNIVERSITÁRIO DE COIMBRA – PAVILHÃO 1

HORÁRIO	ESCALÃO	PROGRAMA	
		PAINEL 1	PAINEL 2
09H15-09H45	INFANTIL	ABERTURA DO RECINTO ACESSO AO PRATICÁVEL DE COMPETIÇÃO	
09H45 - 10H00		AQUECIMENTO GERAL 1.ª PASSAGEM	
10H00-10H36		<u>COMPETIÇÃO: 1.ª PASSAGEM</u>	
		PF INF	GM INF + PM INF + GF INF
10H36 - 10H56		AQUECIMENTO GERAL 2.ª PASSAGEM	
10H56-11H29		<u>COMPETIÇÃO: 2.ª PASSAGEM</u>	
		PF INF	GF INF
11H29 - 11H49		AQUECIMENTO GERAL 3.ª PASSAGEM	
11H49-12H22		<u>COMPETIÇÃO: 3.ª PASSAGEM</u>	
		PF INF	GF INF
12H22 - 12H42		AQUECIMENTO GERAL 4.ª PASSAGEM	
12H42-13H09		<u>COMPETIÇÃO: 4.ª PASSAGEM</u>	
		PF INF + PF ACROPOMBAL*	GF INF + PMx INF
13H10 - 14H00		CERIMÓNIA PROTOCOLAR	

Clubes Participantes:

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

CLUBES	FEMININO	MASCULINO	TOTAL
AAC	42	5	47
AE3P	6	0	6
AGCX	10	0	10
ALBI	6	0	6
CGOH	8	0	8
GRVM	20	2	22
ACROPOMBAL	4	0	4
TOTAL	96	7	103

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 21 de março 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		
PARES MISTOS	PMx		
GRUPOS FEMININOS	GF		
GRUPOS MASCULINOS	GM		

2. MÚSICAS

2.1. As músicas deverão estar em formato mp3 e ser enviadas, por WeTransfer, até às 23:59 do dia 21 de março 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 Carminho Neves / Carolina Batista	AAC	INF	PF	4	1
2	Renato Oliveira / Tito Mendonça / Gabriel Cardoso / Vicente Henriques	AAC	INF	GM	3	2
3	Maria Salgueiro / Lara Barroqueiro	ALBI	INF	PF		1
4	Gabriel Gil / Tiago Carvalho	GRVM	INF	PM	10	2
5	Gabriela Dias / Júlia Faria	AAC	INF	PF	4	1
6	Benedita Almeida / Victória Janeiro / Íris Henriques	GRVM	INF	GF	8	2
7	Miriam Rosa / Eva Alves	AGCx	INF	PF	7	1
8	Alícia Dias / Rita Costa / Sofia Sá Rico	GRVM	INF	GF	9	2
9	Benedita Abreu / Bárbara Fonseca	AAC	INF	PF		1
10	Maria Clara Silva / Mafalda Lança / Vitória Proença	AE3P	INF	GF		2
11	Ariana Fernandes / Diana Simões	GRVM	INF	PF	9	1
12	Diana Verissimo / Diana Monteiro / Maria Alves	AGCx	INF	GF	7	2

2.ª PASSAGEM

N.º	GINASTAS	CLUBE	ESC	CAT	EQUIPA	PAINEL
13	Rita Cardoso / Catarina Ramos	ALBI	INF	PF		1
14	Clara Ribeiro / Daniela Ferreira / Lara Patrício	GRVM	INF	GF	10	2
15	Chiara Costa / Liz Merçon	AAC	INF	PF	6	1
16	Maria Francisco / Maria Osório / Margarida Martins	AAC	INF	GF	2	2
17	Mª Luísa Serra / Inês Simões	GRVM	INF	PF	9	1
18	Iris Silva / Diva Isidoro / Olivia Taborda Tiago	AGCx	INF	GF		2
19	Alice Silva / Matilde Bonito	AAC	INF	PF		1
20	Isis Fernandes / Leonor Pires / Maria Pereira	CGOH	INF	GF		2
21	Maria Clara Gouveia / Isabel Teixeira	AAC	INF	PF		1
36	Mª Clara Fonseca / Mariana Gaspar / Alice Carvalho	AAC	INF	GF	6	2
23	Laura Marques / Mafalda Oliveira	AAC	INF	PF		1

3.ª PASSAGEM

N.º	GINASTAS	CLUBE	ESC	CAT	EQUIPA	PAINEL
24	Maria De Sá Ferreira / Carolina Neves Dias	AGCx	INF	PF	7	1
25	Petra Janeiro / Maria Paulino / Daniela Pestana	GRVM	INF	GF	8	2
26	Maria Silva / Diana Martins	AAC	INF	PF	2	1
27	Victória Santos / Kauanny Rodrigues / Joana Costa	AAC	INF	GF	3	2
28	Maria Do Mar Leal / Leonor Tiago	GRVM	INF	PF	8	1
29	Lídia Lemos / Beatriz Breia / Clara Gandarez	CGOH	INF	GF		2
30	Gabriela Lourenço / Carolina Henriques	AAC	INF	PF		1
31	Ana Luísa Delgado / Ana Sofia Gil / Margarida Pissarra	AE3P	INF	GF		2
32	Lavínia Torrezani / Teresa Lima	AAC	INF	PF		1
33	Beatriz Freitas / Inês Fonseca / Cleo Sucena	AAC	INF	GF	2	2
34	Valentina Brito / Maria Morgado	CGOH	INF	PF		1

4.ª PASSAGEM

N.º	GINASTAS	CLUBE	ESC	CAT	EQUIPA	PAINEL
35	Carolina Kozhevnikova / Lara Costa	GRVM	INF	PF	10	1
22	Ana Gouveia / M ^a Júlia Molina / Margarida Sequeira	AAC	INF	GF	4	2
37	Énia Sequeira / Joana Almeida	ALBI	INF	PF		1
38	Romily Kaplan / Ana Faneca / Kira Gomes	AAC	INF	GF		2
39	Mara Cordeiro / Liagia Raimundo	ACRO POMBAL*	INF	PF		1
40	José Silvestre / Alyssa Martins	AAC	INF	PMx		2
41	Beatriz Silva / Safira Santos	ACRO POMBAL*	INF	PF		1
42	Tito Mendonça / Rita Marques	AAC	INF	PMx	3	2
43	Sofia Gama / Mariana Nunes	AAC	INF	PF	6	1

AQUECIMENTO 1.ª PASSAGEM EM PRATICÁVEL DE COMPETIÇÃO							
1ª PASSAGEM - PF INF + GM INF + PM INF + GF INF							
CAT	ESC	EXC	N.º	GINASTAS	CLUBE	EQUIPA	HORA
PF	INF	COM	1	Maria Carminho Neves / Carolina Batista	AAC	4	10:00
GM	INF	COM	2	Renato Oliveira / Tito Mendonça / Gabriel Cardoso / Vicente Henriques	AAC	3	10:03
PF	INF	COM	3	Maria Salgueiro / Lara Barroqueiro	ALBI		10:06
PM	INF	COM	4	Gabriel Gil / Tiago Carvalho	GRVM	10	10:09
PF	INF	COM	5	Gabriela Dias / Júlia Faria	AAC	4	10:12
GF	INF	COM	6	Benedita Almeida / Victória Janeiro / Íris Henriques	GRVM	8	10:15
PF	INF	COM	7	Miriam Rosa / Eva Alves	AGCx	7	10:18
GF	INF	COM	8	Alicia Dias / Rita Costa / Sofia Sá Rico	GRVM	9	10:21
PF	INF	COM	9	Benedita Abreu / Bárbara Fonseca	AAC		10:24
GF	INF	COM	10	Maria Clara Silva / Mafalda Lança / Vitória Proença	AE3P		10:27
PF	INF	COM	11	Ariana Fernandes / Diana Simões	GRVM	9	10:30
GF	INF	COM	12	Diana Verissimo / Diana Monteiro / Maria Alves	AGCx	7	10:33
AQUECIMENTO 2.ª PASSAGEM EM PRATICÁVEL DE COMPETIÇÃO							
2ª PASSAGEM - PF INF + GF INF							
PF	INF	COM	13	Rita Cardosa / Catarina Ramos	ALBI		10:56
GF	INF	COM	14	Clara Ribeiro / Daniela Ferreira / Lara Patrício	GRVM	10	10:59
PF	INF	COM	15	Chiara Costa / Liz Merçon	AAC	6	11:02
GF	INF	COM	16	Maria Francisco / Maria Osório / Margarida Martins	AAC	2	11:05
PF	INF	COM	17	Mª Luísa Serra / Inês Simões	GRVM	9	11:08
GF	INF	COM	18	Iris Silva / Diva Isidoro / Olivia Taborda Tiago	AGCx		11:11
PF	INF	COM	19	Alice Silva / Matilde Bonito	AAC		11:14
GF	INF	COM	20	Isis Fernandes / Leonor Pires / Maria Pereira	CGOH		11:17
PF	INF	COM	21	Maria Clara Gouveia / Isabel Teixeira	AAC		11:20
GF	INF	COM	36	Mª Clara Fonseca / Mariana Gaspar / Alice Carvalho	AAC	6	11:23
PF	INF	COM	23	Laura Marques / Mafalda Oliveira	AAC		11:26
AQUECIMENTO 3.ª PASSAGEM EM PRATICÁVEL DE COMPETIÇÃO							
3ª PASSAGEM - PF INF + GF INF							
PF	INF	COM	24	Maria De Sá Ferreira / Carolina Neves Dias	AGCx	7	11:49
GF	INF	COM	25	Petra Janeiro / Maria Paulino / Daniela Pestana	GRVM	8	11:52
PF	INF	COM	26	Maria Silva / Diana Martins	AAC	2	11:55
GF	INF	COM	27	Victória Santos / Kauanny Rodrigues / Joana Costa	AAC	3	11:58

PF	INF	COM	28	Maria Do Mar Leal / Leonor Tiago	GRVM	8	12:01
GF	INF	COM	29	Lídia Lemos / Beatriz Breia / Clara Gandarez	CGOH		12:04
PF	INF	COM	30	Gabriela Lourenço / Carolina Henriques	AAC		12:07
GF	INF	COM	31	Ana Luísa Delgado / Ana Sofia Gil / Margarida Pissarra	AE3P		12:10
PF	INF	COM	32	Lavínia Torrezani / Teresa Lima	AAC		12:13
GF	INF	COM	33	Beatriz Freitas / Inês Fonseca / Cleo Sucena	AAC	2	12:16
PF	INF	COM	34	Valentina Brito / Maria Morgado	CGOH		12:19
AQUECIMENTO 4.ª PASSAGEM EM PRATICÁVEL DE COMPETIÇÃO							
4ª PASSAGEM - PF INF + GF INF + PMx INF + PF ACROPOMBAL*							
PF	INF	COM	35	Carolina Kozhevnikova / Lara Costa	GRVM	10	12:42
GF	INF	COM	22	Ana Gouveia / Mª Júlia Molina / Margarida Sequeira	AAC	4	12:45
PF	INF	COM	37	Énia Sequeira / Joana Almeida	ALBI		12:48
GF	INF	COM	38	Romily Kaplan / Ana Faneca / Kira Gomes	AAC		12:51
PF	INF	COM	39	Mara Cordeiro / Liagia Raimundo	ACRO POMBAL*		12:54
PMx	INF	COM	40	José Silvestre / Alyssa Martins	AAC		12:57
PF	INF	COM	41	Beatriz Silva / Safira Santos	ACRO POMBAL*		13:00
PMx	INF	COM	42	Tito Mendonça / Rita Marques	AAC	3	13:03
PF	INF	COM	43	Sofia Gama / Mariana Nunes	AAC	6	13:06