

Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)



CIRCULAR Nº 36 /2010	LISBOA, 14/05/2010
DISTRIBUIÇÃO: Clubes participantes, ADG's, ANJGD, Imprensa.	
ASSUNTO: Ginástica Artística: Dia Olímpico, Troféu Universitário e Torneio de Esperanças 2010	

Exmos. Senhores,

Junto enviamos o Programa do Dia Olímpico (DO) e Troféu Universitário (TU) e Torneio de Esperanças (TE) em Ginástica Artística Masculina (GAM) e Ginástica Artística Feminina (GAF).

Data: 15 de Maio (sábado)

Local: Pavilhão Municipal em Riachos – Torres Novas

TORNEIO DE ESPERANÇAS (ANEXO 1 e 2)

Ginástica Artística Masculina e Feminina

Programa: Exercícios facultativos; Código simplificado da FPG; Categoria Juvenil ♂ 11 – 14 anos e ♀ 10 – 13 anos

Abertura do Recinto: 09h30 (Aquecimento até às 10h50)

Início da Competição: 11h00

Entrega de prémios prevista: 13h30

DIA OLÍMPICO E TROFÉU UNIVERSITÁRIO (ANEXO 3 e 4)

Ginástica Artística Masculina e Feminina

Programa: Exercícios facultativos; Código FIG para Seniores; Categoria Absoluta ♂ ≥ 15 e ♀ ≥ 14

Abertura do Recinto: 15h00 (Aquecimento até às 16h20)

Início da Competição: 16h30

Entrega de prémios prevista: 19h00

Solicitamos aos Clubes se façam acompanhar dos respectivos estandartes para o desfile de entrega de prémios, no qual os ginastas se deverão apresentar em fato de competição, de acordo com o disposto no regulamento Técnico da Federação Internacional de Ginástica (FIG).

Informamos os clubes que os ginastas participantes poderão treinar no local da competição no dia 14 de Maio (sexta-feira), entre as 14h00 e as 20h00.



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)



Para o normal funcionamento da competição, solicita-se que:

- Os CD's com as músicas de solo das ginastas sejam entregues na mesa da organização pelo menos uma hora antes do início da competição, devidamente identificados com o dorsal, clube e nome da ginasta;
- Após a chegada à competição os treinadores dos clubes levarem os respectivos dorsais na mesa da organização. No final da competição solicita-se aos Treinadores e Delegados que colaborem na recolha e entrega dos mesmos. A não devolução dos dorsais implica um custo de 2,00 euros por unidade, a debitar ao Clube.

Durante o Dia Olímpico e Troféu Universitário irá ser efectuado Controlo Anti-doping (3 análises em GAM e 3 em GAF), pelo que solicitamos a melhor colaboração para o efeito.

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

Federação de Ginástica de Portugal
O Departamento Técnico de Ginástica Artística

Pedro Almeida
Director Técnico Nacional



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)



ANEXO 1 – TORNEIO DE ESPERANÇAS – GAM: 9h30 – 10h50 – 11h00 – 13H30

Clubes e ginastas inscritos	S.	C.A.	A.	S.C.	P.	B.F.
Clube Desportivo Nacional (CDN)						
13 – Rafael Sá (1998 – INI)	X	X	X	X	X	X
14 – Paulo Abreu (1998 – INI)	X	X	X	X	X	X
15 – Milton Nunes (1998 – INI)	X	X	X	X	X	X
16 – João Jesus (1999 – INI)	X	X	X	X	X	X
Ginásio Clube da Maia (GCM)						
02 – Manuel Brandão (1999 – INI)	X	X	X	X	X	X
03 – André Ferreira (1998 – INI)	X	X	X	X	X	X
04 – Vasco Pina (1998 – INI)	X	X	X	X	X	X
05 – André Castro (1999 – INI)	X	X	X	X	X	X
Ginásio Clube Português (GCP)						
06 – Pedro Guimarães (1997 – JUV)	X	X	X	X	X	X
07 – Pedro Dourado (1996 – JUV)	X	X	X	X	X	X
08 – Francisco Araújo (1997 – JUV)	X	X	X	X	X	X
09 – António Machado (1997 – JUV)	X	X	X	X	X	X
10 – Miguel Rocha (1997 – JUV)	X	X	X	X	X	X
Lisboa Ginásio Clube (LGC)						
17 – Bernardo Almeida (1996 – JUV)	X	X	X	X	X	X
18 – Ivan Vicklhanchuk (1996 – JUV)	X	X	X	X	X	X
Sport Club do Porto (SpCP)						
11 – Frederick Farley (1997 – JUV)	X	X	X	X	X	X
12 – Paulo Martins (1997 – JUV)	X	X	X	X	X	X

CONSTITUIÇÃO DOS GRUPOS

GRUPO A	GRUPO B	GRUPO C
CDN + SpCP	GCP	GCM + LGC
15, 16, 14, 11, 12, 13,	10, 09, 08, 06, 07	05, 18, 17, 02, 04, 03,



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950



Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

CONSTITUIÇÃO DOS GRUPOS

GRUPO A	GRUPO B	GRUPO C
CDN + SpCP	GCP	GCM + LGC
15, 16, 14, 11, 12, 13	10, 09, 08, 06, 07	05, 18, 17, 02, 04, 03

AQUECIMENTO

Aparelhos e horários	S.	C.A.	A.	S.C.	P.	B.F.
09h50 – 10h00		A	B	C		
10h00 – 10h10			A	B	C	
10h10 – 10h20				A	B	C
10h20 – 10h30	C				A	B
10h30 – 10h40	B	C				A
10h40 – 10h50	A	B	C			

✓ Às 10h50 termina o período de aquecimento para a organização do desfile que segue directamente para os aparelhos

ORDEM DE PASSAGEM

Aparelhos /rotações	SOLO	CAVALO C/ ARÇÕES	ARGOLAS	SALTOS DE CAVALO	PARALELAS	BARRA FIXA
1 ^a	15, 16, 14, 11, 12, 13	10, 09, 08, 06, 07	05, 18, 17, 02, 04, 03			
2 ^a		16, 14, 11, 12, 13, 15	09, 08, 06, 07, 10	18, 17, 02, 04, 03, 05		
3 ^a			14, 11, 12, 13, 15, 16	08, 06, 07, 10, 09	17, 02, 04, 03, 05, 18	
4 ^a				11, 12, 13, 15, 16, 14	06, 07, 10, 09, 08	02, 04, 03, 05, 18, 17
5 ^a	04, 03, 05, 18, 17, 02				12, 13, 15, 16, 14, 11	07, 10, 09, 08, 06
6 ^a	10, 09, 08, 06, 07	03, 05, 18, 17, 02, 04				13, 15, 16, 14, 11, 12

Altura da mesa de saltos: INICIADOS 1,05 m; JUVENIS 1,20 m - Janssen-Fritsen



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)



ANEXO 2 – TORNEIO DE ESPERANÇAS – GAF: 9h30 – 10h50 – 11h00 – 13H30

Clubes e ginastas inscritos	S.C.	P.A.	T.	S.
Ginásio Clube da Maia (GCM)				
01 – Leonor Feijó (2000 – INI)	X	X	X	X
02 – Sofia Morais (2000 – INI)	X	X	X	X
03 – Mariana Pitrez (1999 – INI)	X	X	X	X
04 – Mafalda Guimarães (1999 – INI)	X	X	X	X
05 – Catarina Moreira (1999 – INI)	X	X	X	X
06 – Ana Leite (1997 – JUV)	X	X	X	X
07 – Joana Costa (2000 – INI)	X	X	X	X
08 – Celina Nogueira (2000 – INI)	X	X	X	X
09 – Nádia Garcia (2000 – INI)	X	X	X	X
Ginásio Clube Português (GCP)				
16 – Verónica Lopes (1997 – JUV)	X	X	X	X
17 – Raquel Marques (1999 – INI)	X	X	X	X
18 – Maria Antunes (1999 – INI)	X	X	X	X
19 – Sara Fernandes (1999 – INI)	X	X	X	X
20 – Sara Raposeiro (1999 – INI)	X	X	X	X
22 – Joana Martins (1999 – INI)	X	X	X	X
Ginásio Clube do Sul (GCS)				
23 – Catarina Silva (1998 – JUV)	X	X	X	X
24 – Marta Carvalho (1999 – INI)	X	X	X	X
25 – Adriana Menezes (1999 – INI)	X	X	X	X
26 – Beatriz Almeida (1999 – INI)	X	X	X	X
27 – Miriam Colaço (1997 – JUV)	X	X	X	X
Ginástica Olímpica da Trofa (GOT)				
33 – Patrícia Dias (1998 – JUV)	X	X	X	X
34 – Rafaela Campos (1999 – INI)	X	X	X	X
Lisboa Ginásio Clube (LGC)				
10 – Matilde Lourenço (1998 – JUV)	X	X	X	X
11 – Mariana Soares (1998 – JUV)	X	X	X	X
12 – Madalena Soares (2000 – INI)	X	X	X	X
13 – Mariana Marianito (2000 – INI)	X	X	X	X



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950



Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

Clubes e ginastas inscritos	S.C.	P.A.	T.O.	S.
Sport Clube do Porto (SpCP)				
28 – Catarina Ferreira (1999 – INI)	X	X	X	X
29 – Bárbara Azevedo (1997 – JUV)	X	X	X	X
30 – Margarida Pinto (1998 – JUV)	X	X	X	X
31 – Beatriz Sousa (1999 – INI)	X	X	X	X
32 – Sofia Paupério (1998 – JUV)	X	X	X	X
União Desportiva e Recreativa da Zona Alta (UDRZA)				
14 – Rita Sousa (1997 – JUV)	X	X	X	X
15 – Catarina Azevedo (1998 – JUV)	X	X	X	X

CONSTITUIÇÃO DOS GRUPOS

GRUPO A	GRUPO B	GRUPO C	GRUPO D	GRUPO E	GRUPO F
UDRZA + LGC	SpCP	GCP	GOT + GCM	GCM	GCS
14, 10, 15, 11, 12, 13	30, 28, 31, 32, 29	17, 18, 16, 19, 20, 22	05, 04, 33, 06, 34	01, 02, 03, 07, 08, 09	24, 25, 26, 23, 27

AQUECIMENTO

Aparelhos e horários	S.C.	P.A.	T. (aquec.)	T.	S.	Pausa
09h50 – 10h00	A	B	C	D	E	F
10h00 – 10h10	F	A	B	C	D	E
10h10 – 10h20	E	F	A	B	C	D
10h20 – 10h30	D	E	F	A	B	C
10h30 – 10h40	C	D	E	F	A	B
10h40 – 10h50	B	C	D	E	F	A

✓ Às 10h50 termina o período de aquecimento para a organização do desfile que segue directamente para os aparelhos

Aparelhos e rotações	S.C.	P.A.	(trave)	T.	S.	Pausa
1ª	14, 10, 15, 11, 12, 13	30, 28, 31, 32, 29	C	05, 04, 33, 06, 34	01, 02, 03, 07, 08, 09	F
2ª	24, 25, 26, 23, 27	10, 15, 11, 12, 13, 14	B	17, 18, 16, 19, 20, 22	04, 33, 06, 34, 05	E
3ª	02, 03, 07, 08, 09, 01	25, 26, 23, 27, 24	A	28, 31, 32, 29, 30	18, 16, 19, 20, 22, 17	D
4ª	33, 06, 34, 05, 04	03, 07, 08, 09, 01, 02	F	15, 11, 12, 13, 14, 10	31, 32, 29, 30, 28	C
5ª	16, 19, 20, 22, 17, 18	06, 34, 05, 04, 33	E	26, 23, 27, 24, 25	11, 12, 13, 14, 10, 15	B
6ª	32, 29, 30, 28, 31	19, 20, 22, 17, 18, 16	-	07, 08, 09, 01, 02, 03	23, 27, 24, 25, 26	-

Altura da mesa de saltos: INICIADAS 1,05 m; JUVENIS 1,20 m - Janssen-Fritsen



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)



ANEXO 3 – DIA OLÍMPICO (X) E TROFÉU UNIVERSITÁRIO (#) – GAM: 15h00-16h20-16h30-19h00

Clubes e ginastas inscritos	S.	C.A.	A.	S.C.	P.	B.F.
Boavista Futebol Clube (BFC) 49 – Manuel Campos (1981)	X#	X#	X#	X#	X#	X#
Clube Desportivo Nacional (CDN) 52 – Afonso Spínola (1995)	X	X	X	X	X	X
Ginásio Clube da Maia (GCM) 35 – Tiago Barbosa (1995)	X	X	X	X	X	X
Ginásio Clube Português (GCP) 39 – Bernardo Graça (1984) 40 – Simão Almeida (1986) 42 – Francisco Fragoso (1992) 43 – Vasco Barata (1995)	X X# X X	X X# X X	X X# X X	X X# X X	X X# X X	X X# X X
Lisboa Ginásio Clube (LGC) 54 - Gustavo Simões (1990) 55 – Luis Gomes (1991) 56 – Vasco Pinto (1992)	X X X	X X X	X X X	X X X	X X X	X X X
Sport Club do Porto (SpCP) 44 – João Campos (1987) 45 – Ricardo Martins (1992) 46 – Amadeus Williams (1986) 48 – Diogo Romero (1990)	X# X X X#	X# X X X#	X# X X X#	X# X X X#	X# X X X#	X# X X X#

CONSTITUIÇÃO DOS GRUPOS

GRUPO A	GRUPO B	GRUPO C
GCP 43, 42, 40, 39	BFC + SpCP 44, 45, 46, 48, 49	LGC + CDN + GCM 56, 55, 52, 35, 54

CONSTITUIÇÃO DOS GRUPOS



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950

Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)



GRUPO A	GRUPO B	GRUPO C
GCP	BFC + SpCP	LGC + CDN + GCM
43, 42, 40, 39	44, 45, 46, 48, 49	56, 55, 52, 35, 54

AQUECIMENTO

Aparelhos & horários	S.	C.A.	A.	S.C.	P.	B.F.
15h20 – 15h30		A	B	C		
15h30 – 15h40			A	B	C	
15h40 – 15h50				A	B	C
15h50 – 16h00	C				A	B
16h00 – 16h10	B	C				A
16h10 – 16h20	A	B	C			

✓ O aquecimento termina pelas 16h20 para a organização do desfile que segue directamente para os aparelhos;

ORDEM DE PASSAGEM

Aparelhos /rotações	SOLO	CAVALO C/ ARÇÕES	ARGOLAS	SALTOS DE CAVALO	PARALELAS	BARRA FIXA
1 ^a	43, 42, 40, 39	44, 45, 46, 48, 49	56, 55, 52, 35, 54			
2 ^a		42, 40, 39, 43	45, 46, 48, 49, 44	55, 52, 35, 54, 56		
3 ^a			40, 39, 43, 42	46, 48, 49, 44, 45	52, 35, 54, 56, 55	
4 ^a				39, 43, 42, 40	48, 49, 44, 45, 46	35, 54, 56, 55, 52
5 ^a	54, 56, 55, 52, 35				43, 42, 40, 39	49, 44, 45, 46, 48
6 ^a	44, 45, 46, 48, 49	56, 55, 52, 35, 54				42, 40, 39, 43

Altura da mesa de saltos: JUNIORES E SENIORES 1,35 m – Janssen-Fritsen



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950



Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISpT)

ANEXO 4 – DIA OLÍMPICO (X) E TROFÉU UNIVERSITÁRIO (#) – GAF: 15h00-16H20-16h30-19h00

Clubes e ginastas inscritos	S.C.	P.A.	T.	S.
Ginásio Clube Português (GCP)				
39 – Rita Limão (1991)	X#	X#	X#	X#
40 – Teresa Biscaia (1991)	X#	X#	X#	X#
41 – Ekaterina Kislinskaya (1994)	X	X	X	X
42 – Diana Abrantes (1994)	X	X	X	X
Ginásio Clube do Sul (GCS)				
43 – Ana Lúcia Frazão (1994)	X	X	X	X
Ginástica Olímpica da Trofa (GOT)				
59 – Márcia Santos (1996)	X	X	X	X
Lisboa Ginásio Clube (LGC)				
35 – Marta Damásio (1993)	X	X	X	X
Sport Clube do Porto (SpCP)				
44 – Rute Melo (1995)	X	X	X	X
45 – Filipa Martins (1996)	X	X	X	X
46 – Inês Romero (1993)	X	X	X	X
47 – Lúcia Oliveira (1992)	X			
58 – Zoi Lima (1991)	X	X	X	X
União Desportiva e Recreativa da Zona Alta (UDRZA)				
38 – Carolina Pedro (1994)	X	X	X	X

CONSTITUIÇÃO DOS GRUPOS

GRUPO A	GRUPO B	GRUPO C
GCP	SpCP	LGC+UDRZA+GOT+GCS
40, 39, 42, 41	46, 44, 47, 45, 58	38, 35, 59, 43



Federação de Ginástica de Portugal

Instituição de Utilidade Pública e Utilidade Pública Desportiva

Fundada em: 1950



Filiada na:

Federação Internacional de Ginástica (FIG), União Europeia de Ginástica (UEG), União Ibero-Americana de Ginástica (UIAG) e na Federação Internacional de Desporto para Todos (FISPT)

CONSTITUIÇÃO DOS GRUPOS

GRUPO A	GRUPO B	GRUPO C
GCP 40, 39, 42, 41	SpCP 46, 44, 47, 45, 58	LGC+UDRZA+GOT+GCS 38, 35, 59, 43

AQUECIMENTO

Aparelhos e horários	S.C.	P.A.	T.	S.
15h20 – 15h35		A	B	C
15h35 – 15h50	C		A	B
15h50 – 16h05	B	C		A
16h05 – 16h20	A	B	C	

✓ Às 16h20 termina o período de aquecimento para a organização do desfile que segue directamente para os aparelhos;

ORDEM DE PASSAGEM

Aparelhos e rotações	S.C.	P.A.	T.	S.
1ª	40, 39, 42, 41	46, 44, 47, 45, 58	38, 35, 59, 43	
2ª		39, 42, 41, 40	44, 47, 45, 58, 46	35, 59, 43, 38
3ª	59, 43, 38, 35		42, 41, 40, 39	47, 45, 58, 46, 44
4ª	45, 58, 46, 44, 47	43, 38, 35, 59		41, 40, 39, 42

Altura da mesa de saltos: JUNIORES E SENIORES 1,25 m - Janssen-Fritsen

