



Federação  
de **Ginástica**  
de **Portugal**

## **Plano de Actividades & Orçamento**

# **2010**

## Índice

<b>Introdução .....</b>	<b>3</b>
<b>1. Desenvolvimento da Prática Desportiva .....</b>	<b>5</b>
1.1. Desenvolvimento da Actividade Desportiva .....	5
1.2. Gabinete de Organização de Eventos, Comunicação, Imagem e Projectos .....	20
1.3. Dirigentes em Organismos Internacionais .....	21
1.4. Organização e Gestão da Federação .....	24
<b>2. Enquadramento Técnico .....</b>	<b>24</b>
<b>3. Modernização e Apetrechamento .....</b>	<b>25</b>
<b>4. Alta Competição e Selecções Nacionais .....</b>	<b>26</b>
4.1. Ginástica Artística Masculina .....	26
4.2. Ginástica Artística Feminina .....	29
4.3. Ginástica Rítmica .....	30
4.4. Ginástica Aeróbica .....	32
<b>5. Eventos Desportivos Internacionais .....</b>	<b>36</b>
5.1. Taça do Mundo de Ginástica Rítmica .....	36
5.2. Taça do Mundo de Ginástica Artística .....	36
5.3. Taça do Mundo de Ginástica Aeróbica nos Açores .....	37
5.4. Taça Latina (Open Internacional de Oeiras) de Ginástica Aeróbica .....	37
5.5. 2º Golden Age Gym Festival .....	37
<b>6. ENGYM (Escola Nacional de Ginástica) .....</b>	<b>38</b>
<b>7. Cooperação Internacional .....</b>	<b>41</b>
<b>8. Projecto Olímpico .....</b>	<b>42</b>
8.1. Projecto JO .....	42
8.2. Projecto Esperanças Olímpicas .....	42
<b>9. Outros Projectos .....</b>	<b>43</b>
<b>10. Eventos Sociais .....</b>	<b>43</b>
<b>Conclusões .....</b>	<b>43</b>
<b>Orçamento de Funcionamento – Despesas .....</b>	<b>45</b>
<b>Orçamento de Funcionamento – Receitas .....</b>	<b>46</b>
<b>Orçamento de Investimento .....</b>	<b>47</b>
<b>Orçamento 2010 - Conclusões .....</b>	<b>47</b>
<b>Calendário de Actividades 2010 .....</b>	<b>48</b>

## Introdução

O Plano de Actividades e a sua orçamentação constituem-se como uma referência anual no quadro de intervenção e gestão de uma organização.

Peça essencial para o planeamento tático terá de ter sempre em consideração uma visão e objectivos estratégicos.

No entanto teremos que ter sempre presente que a Ginástica como tantas outras realidades funciona num sistema aberto, estando tão sujeita às influências externas, quanto a sua incapacidade para conquistar recursos próprios o condicione.

Factores externos aos quais somos completamente alheios reduziram a nossa capacidade de investimento com recursos próprios pelo que voltamos a estar mais dependentes do apoio governamental. Através da prática de uma gestão rigorosa mas no limite do exequível, procurámos, nos últimos anos, garantir o máximo de recursos possíveis para as actividades, não cortando desde logo no orçamento as suas expectativas e desenvolvendo ao longo do ano todos os esforços na contenção e racionalização dos custos, assim como na procura de receitas externas adicionais por forma a equilibrar o exercício. Em 2010 continuaremos com esta política.

Os nossos objectivos desportivos para 2010, mantêm em primeiro lugar a aposta para o presente ciclo olímpico, da qualificação da ginástica portuguesa para os Jogos Olímpicos de Londres 2012. Contudo, a actividade da FGP não se limita à esfera competitiva, abarcando, como resultado quer dos seus estatutos, quer das directivas e objectivos da Federação Internacional em que nos enquadrámos, a promoção da prática das actividades gímnicas nos diferentes grupos alvo, na vertente não competitiva.

Por esta razão e porque a organização de eventos de qualidade é por nós claramente entendida como factor de desenvolvimento, perspectivamos para 2010 a realização de uma prova da Taça do Mundo em cada uma das disciplinas competitivas e de um grande festival gímnico internacional no domínio da Ginástica para Todos.

Correspondendo igualmente ao desafio que diversos governos têm lançado ao movimento associativo, candidatámo-nos e conquistámos para Portugal, com o apoio das respectivas Autarquias, o direito a organizar:

- Uma Taça do Mundo de Ginástica Rítmica em Portimão;
- Uma Taça do Mundo de Ginástica Artística Masculina e Feminina em S. João da Madeira;
- Uma Taça do Mundo de Ginástica Aeróbica em Ponta Delgada;
- O 2º Golden Age Gym Festival em Portimão.

Contamos que o Governo, através do IDP, possa dar apoio e ajudar a garantir os fundos necessários à viabilização destes projectos, particularmente no que respeita aos dois primeiros.

Em termos da nossa participação internacional e fruto do apoio que temos podido garantir para reforçar o muito trabalho desenvolvido pelos nossos Clubes, a participação das nossas selecções de Ginástica, particularmente no domínio da Ginástica Artística, lutam hoje pela classificação nas finais e pela obtenção de medalhas. Já em 2009 temos registado com grande satisfação e orgulho os resultados brilhantes alcançados pelos nossos ginastas. Certos de que o nível competitivo é nas diferentes disciplinas diverso, registamos com enorme agrado o empenho de todos na procura daquele que é em última análise o objectivo do Desporto Competitivo, a superação.

A publicação do Regime Jurídico das Federações Desportivas e demais legislação publicada durante o ano de 2009, alterou significativamente a orgânica interna das Federações

Desportivas da qual resultou a necessidade de alteração estatutária que atempadamente efectuámos. Somos da opinião que esta alteração veio dar um contributo muito positivo ao movimento associativo, abrindo novas oportunidades de acção que não deixaremos de aproveitar.

As instalações desportivas, tradicionalmente um dos aspectos mais frágeis da nossa realidade, conheceram em 2009 um importante investimento público com a inauguração do Centro de Alto Rendimento em Sangalhos. Esta instalação, logo que em pleno funcionamento, permitirá sobretudo no domínio dos estágios nacionais e internacionais, o desenvolvimento de diversas acções de grande importância na preparação das nossas selecções de G. Artística e Rítmica. Mantemos contudo a necessidade de um local apropriado para o trabalho regular das selecções, junto dos locais onde a maior parte dos nossos ginastas desenvolvem a sua actividade. Contamos que já em 2010 possamos ver cumprida a promessa governamental de criação de um Centro de Alto Rendimento para as diferentes disciplinas da Ginástica no Jamor.

Registamos igualmente com o maior agrado a decisão tomada pela Câmara Municipal de Lisboa que dando um exemplo de grande coragem política, foi capaz de alterar num processo já muito avançado o programa de instalações desportivas do Alto do Lumiar. Promovendo alterações nos projectos de obras praticamente em curso, a CML foi ao encontro da necessidade sentida por muitos clubes da Cidade e da população da zona, assim como da própria Associação de Ginástica, criando as condições para a prática gímnica regular na Cidade de Lisboa.

Repetimos também aqui novamente uma ideia que ao longo de alguns anos vimos desenvolvendo: o maior apoio que o Estado pode dar ao movimento associativo, não se esgota no financiamento, é fundamental que as federações sejam reconhecidas através de medidas efectivas, como parceiros do desenvolvimento que todos desejamos. Apoiar as federações não se pode extinguir nos indispensáveis apoios técnicos e financeiros, o estatuto de utilidade pública que nos é reconhecido só fará sentido quando pudermos efectivamente exercer essa mesma utilidade, para além da preparação de selecções nacionais ou organização de quadros competitivos. A defesa e promoção sustentada de uma modalidade desportiva não se resume apenas a esse aspecto. Pensamos e estamos prontos para poder contribuir com muito mais.

O historial da Federação de Ginástica de Portugal é o garante desta disponibilidade.

Lisboa, 13 de Novembro de 2009

Pela Federação de Ginástica de Portugal

---

Manuel Boa de Jesus

Presidente

## **1. Desenvolvimento da Prática Desportiva**

### **1.1. Desenvolvimento da Actividade Desportiva**

A organização de competições e eventos nas diferentes disciplinas gímnicas, visa promover o desenvolvimento da Ginástica a nível nacional, tanto em termos quantitativos como qualificativos em cada uma das suas disciplinas e vertentes.

#### **1.1.1. Organização de Quadros Competitivos e Actividades Regulares**

Em 2010, no calendário competitivo e de eventos da responsabilidade técnica e/ou organizativa da FGP, estão incluídas cerca de 27 iniciativas. As competições, na sua maioria, destinam-se a ginastas em representação de Clubes inscritos na FGP e, no caso particular dos Campeonatos Nacionais, a ginastas que obtenham nos Campeonatos Distritais as respectivas médias de acesso, ou que cumpram os critérios de qualificação.

No sentido de permitir uma análise mais detalhada, tanto em termos desportivos, como em termos financeiros, continuaremos a manter a organização do quadro competitivo, dividindo a nossa intervenção por área gímnica.

#### ***Ginástica Artística***

##### Introdução e Objectivos

A Ginástica Artística engloba duas disciplinas: Ginástica Artística Masculina (GAM) e Ginástica Artística Feminina (GAF).

Para 2010 procuraremos dar continuidade à promoção da melhoria da prática da Ginástica Artística Masculina e Feminina a nível nacional, promovendo a sua evolução quantitativa e qualitativa, e procurando obter melhorias significativas de resultados desportivos.

Como objectivos organizativos pretendemos consolidar os níveis de qualidade alcançados no ano transacto no que se refere às competições da Iª divisão, onde as provas passaram a ter uma duração máxima de 2 horas por sessão, horários compatíveis com os ginastas, público, e tratamento de resultados adequado.

Como aspectos a melhorar temos o aperfeiçoamento do sistema de visionamento dos resultados em ecrã e no material distribuído ao público onde deverá estar exposto, para além da folha habitualmente distribuída para os espectadores poderem anotar as pontuações dos correntes, os dados históricos referentes às provas em questão.

##### Quadro competitivo e de eventos

Para além do quadro competitivo existente pretendemos implementar um quadro competitivo de IIª Divisão que dê continuidade aos Encontros Play GYM – ginástica de aparelhos, numa vertente competitiva e com maior profundidade etária.

Para este efeito procedemos à aprovação de um Novo Regulamento de Competições de Ginástica Artística onde se contempla todo um novo quadro competitivo a implementar em 2010, considerando como fundamental a realização de 4 grandes momentos competitivos a nível nacional ao longo do ano, correspondentes a 10 provas associadas ao sector Masculino, e

10 associadas ao sector Feminino, na 1ª Divisão, e em igual número na 2ª divisão. A esses 4 momentos nacionais acrescentaremos pela primeira vez o Encontro Nacional de Infantis.

1º Momento: 27, 28 de Março - Torneio Juvenil e Torneio Absoluto + 2ª Divisão

2º Momento: 16 de Maio – Dia Olímpico, Troféu Universitário e Torneio de Esperanças + 2ª Divisão

3º Momento: 19 de Junho – Encontro Nacional de Infantis

4º Momento: 03 e 04 de Julho – Campeonato Nacional por Escalões 1ª e 2ª divisão.

5º Momento: 27 e 28 de Novembro - Campeonato Nacional por Aparelhos, Taça Portugal, Taça Juvenil e Torneio Jovem + 2ª Divisão Nacional.

### Organização do sistema competitivo de Iª e IIª Divisão - GAM e GAF

Escalão Etário	Categoria	Programa Técnico
≥ 16	Sénior	Facultativos – Código FIG
15 - 18	Júnior	Facultativos – Código FIG Juniores
13 - 14	Juvenil	Facultativos – Código FIG Simplificado
11 - 12	Iniciado	Facultativos – Código FIG Simplificado
9 - 10	Infantil B	Obrigatórios Play GYM – 16º ao 7º Grau
Até aos 8	Infantil A	Obrigatórios Play GYM – 16º ao 7º Grau

#### II Divisão GAM

Escalão Etário	Categoria	Acesso à 1ª Divisão	Programa Técnico
≥ 15	Absoluta	1º Grau no Aparelho SEN 3º Grau no Aparelho JUN	Obrigatórios Play GYM – 11º ao 1º por Aparelhos
13 - 14	Juvenil	5º Grau no Aparelho JUV	Obrigatórios Play GYM – 11º ao 1º por Aparelhos
11 - 12	Iniciado	7º Grau no Aparelho JUV	Obrigatórios Play GYM – 11º ao 1º por Aparelhos
9 - 10	Infantil B		Obrigatórios Play GYM – 16º ao 7º Grau
Até aos 8	Infantil A		Obrigatórios Play GYM – 16º ao 7º Grau

#### I Divisão GAF

Escalão Etário	Categoria	Programa Técnico
≥ 16	Sénior	Facultativos – Código FIG
14 - 15	Júnior	Facultativos – Código FIG Juniores
12 - 13	Juvenil	Facultativos – Código FIG Simplificado
10 - 11	Iniciado	Facultativos – Código FIG Simplificado
8 - 9	Infantil B	Obrigatórios Play GYM – 16º ao 7º Grau
Até aos 7	Infantil A	Obrigatórios Play GYM – 16º ao 7º Grau

## II Divisão GAF

Escalão Etário	Categoria	Acesso à 1ª Divisão	Programa Técnico
≥ 14	Absoluta	1º Grau no Aparelho SEN 3º Grau no Aparelho JUN	Obrigatórios Play GYM – 11º ao 1º por Aparelhos
12 - 13	Juvenil	5º Grau	Obrigatórios Play GYM – 11º ao 1º por Aparelhos
10 - 11	Iniciado	7º Grau	Obrigatórios Play GYM – 11º ao 1º por Aparelhos
8 - 9	Infantil B		Obrigatórios Play GYM – 16º ao 7º Grau
Até aos 7	Infantil A		Obrigatórios Play GYM – 16º ao 7º Grau

### Projecto de implementação da IIª Divisão em Ginástica Artística Masculina e Ginástica Artística Feminina.

Este projecto tem por objectivo aumentar de forma significativa, a curto e médio prazo, o número de clubes e de praticantes de ginástica de aparelhos, pretendendo-se nesta primeira fase ultrapassar o milhar de praticantes, através, da vinculação directa dos ginastas do “Play GYM – Aparelhos”, à sua modalidade mãe, a Ginástica Artística. Esta é a metodologia que a FGP assumiu em termos de resposta competitiva, para quem inicia esta actividade entre os 6 anos e os 11 anos, e para o enquadramento institucional/filiação dos ginastas que praticam e participam num conjunto de iniciativas até agora desenquadradas dos quadros competitivos da FGP.

Pretende-se igualmente incentivar a criação de novos clubes de Ginástica<sup>(\*)</sup> que possam proporcionar uma continuidade de prática desportiva competitiva, aos praticantes que integraram o Play GYM na fase de iniciação, com objectivos adaptados às condições materiais dos seus clubes, normalmente possuidores de quadros técnicos com qualificações menos especializadas, e com instalações e equipamento que não permitem o treino diário de pelo menos 3 horas, em 5/6 dias por semana, condição mínima para quem pretende ser competitivo ao nível da Iª Divisão.

Assim, o quadro competitivo da IIª divisão, de forma a tornar-se mais acessível, baseia-se unicamente na realização de exercícios obrigatórios, das fases de Iniciação, Progresso, Elite e Super-classe do programa Play GYM, e pode ser desenvolvido apenas numa lógica de aparelhos, estando previstas, para todas as fases e escalões etários, zonas de transição para a Iª divisão.

Consideramos importante o apoio das associações na operacionalização do projecto da IIª divisão de GAM/F. Pensamos que para as associações fará muito mais sentido a concretização de campeonatos distritais de IIª Divisão, uma vez que se tratam de competições onde não existe necessidade de deslocação de material dos clubes e as despesas das provas se poderão equilibrar com o valor das inscrições. Os campeonatos nacionais passarão a ter uma fase de apuramento num momento único, a realizar apenas nos escalões onde exista necessidade de apuramento.

No que respeita aos clubes de 1ª divisão julgamos que é necessário e desejável o apoio em apetrechamento àqueles que têm ginastas no sistema de alto rendimento e nas selecções nacionais, face à escassez de centros de treino e dado o enorme desgaste que se verifica e a necessidade de modernização de muitos dos equipamentos.

(\*) Novos clubes – uma das ideias subjacentes a este projecto relaciona-se com o aparecimento de clubes onde o Treinador, em parceria com as autarquias e escolas, cria o seu próprio posto de trabalho. O aproveitamento das condições existentes na maior parte das escolas, e em particular as novas, onde existem conjuntos de aparelhos próprios para a iniciação à Ginástica Artística, e um ginásio de dimensões reduzidas, permitirá a criação de núcleos de iniciação e posterior desenvolvimento da Ginástica Artística ao nível de IIª Divisão.

## ***Ginástica Rítmica***

### Introdução

Na época desportiva 2009 mantivemos a tendência verificada nos anos anteriores de aumento no número de ginastas, assim como de Clubes, na participação em provas nacionais. No seguimento dos contactos que temos vindo a desenvolver com as Câmaras Municipais e AGD's, procuraremos continuar a levar a Ginástica Rítmica a vários pontos do país, apresentando os eventos como factores de desenvolvimento desportivo e de envolvimento dos clubes locais.

### Objectivos

- Promover a prática da Ginástica Rítmica, de forma a permitir a evolução qualitativa dos praticantes e resultados desportivos.
- Realização de um Campo de Treino de Ginástica Rítmica;
- Promover e apoiar mais provas a nível nacional e internacional com responsabilidade regulamentar da FGP.

A justificação para esta acção prende-se com o facto de termos vindo a constatar um aumento progressivo da participação de Clubes e ginastas, nas provas nacionais, tanto de carácter individual como de equipas; verificamos igualmente uma necessidade constante, por parte das ginastas e técnicas, de se actualizarem face às constantes transformações que o Código Internacional tem sofrido. Pretendemos assim, realizar um encontro de ginastas, de vários clubes e escalões, enquadrado por uma treinadora estrangeira, qualificada internacionalmente, de forma a aumentar os índices de motivação e a diversificação dos modelos de intervenção. Esta actividade é alvo de orçamento específico, só se realizando caso se garanta o seu auto-financiamento, razão pela qual será inscrita para memória no presente orçamento.

### Quadro competitivo e de eventos:

Para a época desportiva de 2009-2010 estão previstas a realização de quatro provas nacionais, uma das quais é uma competição por equipas.

- Campeonato Nacional de 1ª Divisão – Individual
- Taça de Portugal – Equipas
- Campeonato Nacional de 2ª Divisão – Individual
- Campeonato Nacional de Conjuntos – Conjuntos
- Campo de Treino de GR – Individual



## ***Ginástica Aeróbica***

### Introdução

A ginástica aeróbica é caracterizada pela intensidade da música, pelo seu dinamismo e pela sua alegria. É uma disciplina gímnica motivadora e atractiva para os seus praticantes e para o público, pois abrange os mais diferentes níveis de prática e faixas etárias.

A ginástica aeróbica de competição, surgiu nas primeiras convenções de fitness e a sua evolução técnica dos últimos 14 anos provocou a necessidade de desenvolver diferentes programas de treino e de competição. Foram assim implementados novos programas técnicos adaptados às características, necessidades e objectivos desportivos diferenciados dos praticantes.

Esta disciplina, encontra-se organizada nos quatro escalões etários, infantil, juvenil, júnior e sénior, e nas cinco categorias individual feminino, individual masculino, pares mistos, trios e conjuntos. As competições nacionais de Ginástica Aeróbica são tecnicamente distintas para a 1ª e 2ª Divisões, sendo organizadas na mesma data, mas com regulamentos técnicos diferentes tendo como objectivo o incremento do número de praticantes, rentabilização dos locais de provas e rentabilização dos recursos necessários à melhor e maior participação dos clubes filiados.

O Programa de desenvolvimento desportivo, proposto para 2010, integra as seguintes acções:

- Programa Nacional de Desenvolvimento: Aerogym by Playgym, iniciado em 2008 e com várias vertentes
- Formação de treinadores e dos Juízes nacionais e internacionais
- Manutenção e desenvolvimento da ligação com o Desporto Escolar
- Divulgação e promoção nacional da disciplina:
- Apoio técnico a eventos, competições e acções de formação/informação:
- Continuar o trabalho que tem vindo a ser desenvolvido na Comissão Técnica Nacional de Ginástica Aeróbica e se possível alargar o número de membros que a integram.

### Objectivos

Os objectivos que estabelecemos para 2010 foram:

- Aumentar o número de praticantes, monitores, treinadores e juízes da disciplina;
- Dar continuidade à consolidação e implementação nacional do Programa de Desenvolvimento Nacional Aerogym by Playgym;
- Proporcionar uma época competitiva nacional mais alargada entre Dezembro e Julho;
- Continuar a estruturar e divulgar o ranking nacional de Ginastas da 1ª e 2ª divisão;
- Continuar a formação dos juízes nacionais e internacionais;
- Adaptar os perfis de competência dos treinadores de GA (I-IV graus) de acordo com a nova legislação de acordo com o Regulamento de Formação da FGP
- Acompanhar a formação e competição nacional do Desporto Escolar em proximidade com o sistema FGP;
- Continuar a apoiar a divulgação e promoção nacional, através das demonstrações da selecção nacional ou das equipas dos clubes filiados, em eventos que contribuam para a promoção e divulgação nacional da ginástica em geral e da aeróbica em particular;
- Disponibilizar apoio técnico a eventos, competições e acções de formação/informação nacional e internacional da disciplina, promovidos pelas ADG's, clubes filiados e outras entidades;
- Estreitar relações com as ADG's através a criação de momentos de encontro e discussão de técnicos representantes das ADG's activas na disciplina, para melhor

organizar e coordenar tecnicamente a disciplina, sempre em estreita cooperação com as mesmas;

### Quadro competitivo

Para o ano de 2010 propomos a organização das seguintes competições:

- Torneio Nacional de Abertura: Competição nacional realizada entre Março / Abril (em todos os escalões, categorias e divisões) com apuramento para as provas internacionais Taça Latina / Open Internacional de Oeiras;
- Campeonato Nacional: Competição nacional em todos os escalões, categorias e divisões com apuramento prévio nos campeonatos regionais e distritais das Associações de Ginástica;
- Taça de Portugal: Competição nacional por equipas em todos os escalões, e categorias, integrando o Encontro Nacional Aerogym;
- Torneio de Natal: Primeira competição da época desportiva (Dezembro), com o objectivo de proporcionar aos ginastas (de todos os escalões, categorias e divisões) um quadro competitivo nacional alargado;

No que diz respeito às acções/eventos que integram o programa de desenvolvimento desportivo serão desenvolvidas e implementadas da seguinte forma:

- Programa Nacional de Desenvolvimento: Aerogym by Playgym, iniciado em 2008 e com as seguintes vertentes:
  - ✓ Plano nacional de formação contínua de Monitores Aerogym, com organização e coordenação técnica de 5 Acções de Formação de Monitores e 2 a 4 Workshops por ano;
  - ✓ Apoio e acompanhamento técnico dos clubes que aderiram a este programa;
  - ✓ Direcção técnica das avaliações / exames internos, locais, distritais, regionais e nacionais (Encontro Nacional Aerogym FGP);

### Formação

A realização de cursos anuais de formação inicial, reciclagem e aperfeiçoamento dos juizes e treinadores, não só contribuem indirectamente para a evolução técnica da disciplina, mas também para o melhor e mais eficaz funcionamento das competições, assim serão incluídas no Programa de Formação da FGP as seguintes acções:

#### **Formação dos Juizes nacionais e internacionais:**

- Será dada continuidade à reciclagem dos juizes nacionais no Encontro Nacional de Dezembro;
- Um curso de formação inicial de juizes
- Apoiar, na frequência de um dos cursos internacionais de juizes de GA da FIG, um ou dois juizes conforme a disponibilidade financeira

#### **Formação de treinadores:**

- De acordo com a legislação em vigor, será efectuada a revisão da estrutura técnica e do plano de formação nacional dos treinadores de ginástica aeróbica
- Serão revistos e organizados os conteúdos dos cursos de Treinadores de Grau I a IV.
- Será também importante a organização da Academia FIG de nível 2 em 2010 como motor para o desenvolvimento qualitativo dos treinadores e o apoio aos formadores da disciplina na frequência desta acção de formação.

## Outras acções a desenvolver

### **Desporto escolar:**

Promover a adaptação do Regulamento em vigor ao Programa de Desenvolvimento Nacional Aerogym para que se consiga uma proximidade progressiva entre o desporto federado e o desporto escolar. Para tal vai ser necessário promover acções de formação de técnicos e juizes do desporto escolar e continuar a colaborar, sempre que solicitados nas diversas vertentes dos campeonatos nacionais do desporto escolar.

### **Divulgação e promoção nacional da disciplina:**

As selecções nacionais, continuarão a participar regularmente em Saraus, Festivais e outros eventos de divulgação pública da disciplina por todo o país. A participação na Gala da Ginástica FGP/FPTDA continua a ser um momento importante do calendário nacional para mostrar a elite da ginástica aeróbica de competição.

### **Apoio técnico a eventos, competições e acções de formação/informação:**

A FGP continuará a apoiar, sempre que solicitada, a organização e/ou a direcção técnica das competições distritais e regionais das Associações de Ginástica e de outras entidades. Esta intervenção tem contribuído para maior proximidade entre a FGP e as ADG's.

### **Comissão Técnica Nacional de Ginástica Aeróbica:**

Foi criada por iniciativa do Departamento da FGP em 2005 e iniciou os seus trabalhos com a realização de 3 reuniões de trabalho por ano, que coincidem com as datas das competições nacionais da FGP. As ADG's activamente representadas nesta equipa técnica têm sido a Madeira, os Açores e Lisboa. Para 2010 está prevista a integração de mais 2 a 3 representantes das ADG's com competições Distritais de Ginástica Aeróbica: Setúbal, Santarém e Coimbra.

## ***Ginástica para Todos (inclui TeamGYM)***

### Introdução

Para a Ginástica para Todos, 2010 é um ano de especial relevância. É o ano de constituição, avaliação, selecção e inscrição formal da delegação de Portugal à próxima edição da Gymnaestrada Mundial.

O Plano de Actividades 2010 procura incrementar a vertente integradora do maior número de praticantes gímnicos no conjunto de actividades da FGP.

Salientamos a delegação de Portugal à Gymnaestrada Mundial pela sua função de desenvolvimento. Tendo em vista integrar esta delegação, todos os grupos candidatos desenvolvem novos trabalhos com evoluções técnicas e coreográficas, potenciando o desenvolvimento qualitativo e quantitativo da Ginástica para Todos. Em diversos momentos, todos os trabalhos candidatos são avaliados e recebem a devida informação de retorno visando a sua melhoria sustentada.

De acordo com o plano estratégico de desenvolvimento em curso, continuaremos a promover várias iniciativas dirigidas a populações alvo específicas. Merece especial destaque o festival dirigido à população de mais idade, o SéniorGym. Este evento aberto à participação de ginastas com 50 anos de idade ou mais, tem conhecido um desenvolvimento significativo e um cada vez maior apoio dos municípios participantes.

Na sequência do novo evento internacional de responsabilidade da FIG, o Gym For Life, e do êxito da edição 2009 realizada a nível nacional, vai a FGP incluir no calendário de eventos anuais a edição nacional deste evento.

O ano de 2010 é também um enorme desafio ao nível da participação no Golden Age Gym Festival, evento da UEG que se realizará pela primeira vez em Portugal na cidade de Portimão.

Daremos continuidade à parceria estabelecida com a Federação Portuguesa de Trampolins e Desportos Acrobáticos, na organização da Gala da Ginástica, enquanto evento promotor e divulgador de TODA a Ginástica a nível nacional.

É nosso objectivo desenvolver quantitativa e qualitativamente a prática da vertente gímnica de TeamGym. Quer através de mais e melhores grupos a participarem nas actividades nacionais, bem como através de uma melhoria qualitativa da participação nacional no respectivo Campeonato da Europa.

### Objectivos

Estabelecemos como objectivos para 2010:

- Mobilização dos clubes e praticantes portugueses para uma elevada participação nos eventos: SeniorGym, Gym For Life e outros.
- Desenvolvimento qualitativo e quantitativo dos praticantes inscritos.
- Participação qualitativa da delegação portuguesa no Golden Age Gym Festival 2010 que terá lugar em Portimão / Portugal.
- Participação qualitativa da delegação portuguesa no EuroGym Festival 2010 que terá lugar em Odense / Dinamarca.
- Desenvolvimento dos trabalhos preparatórios da delegação de Portugal à Gymnaestrada Mundial 2011 – Lausanne / Suíça.
- Implementar um modelo organizativo para a Gala da Ginástica que, simultaneamente, maximize o seu potencial e visibilidade e garanta a sua auto-sustentação.
- Continuar a apostar na divulgação e desenvolvimento da vertente de competição TeamGym.
- Participação qualitativa no Campeonato da Europa de TeamGym 2010

### Quadro de eventos:

- Campeonato Nacional de TeamGym
- Gym For Life Nacional
- Gala da Ginástica
- Gymnaestrada Mundial - Avaliação
- SeniorGym
- Torneio TeamGym
- Eurogym, Dinamarca, Julho 2010
- Campeonato da Europa de TeamGym, Outubro 2010

## ***Fitness***

### Introdução

Na época desportiva de 2008/2009 foi consolidado o modelo de competições de Fitness - vertente Hip Hop. Este decorreu em circuito e em regime aberto, ou seja, em todas as provas (challenge) foi possível a participação de grupos filiados e não filiados na FGP, com taxas de inscrição diferenciadas. A participação no Campeonato Nacional é apenas e somente para os filiados que tomaram parte nos respectivos Campeonatos Distritais.

Para o ano de 2010 será possível, pela primeira vez, incluir no quadro competitivo o “Encontro de Infantis”, escalão etário 8-11 anos. Esta medida vai ao encontro dos desejos de alguns clubes e grupos. Assim, sem a carga da competição, será possível ter grupos com elementos mais jovens a mostrarem o seu trabalho e, conforme o regulamento em vigor, será dado retorno por parte do júri da avaliação, neste caso qualitativa, do trabalho apresentado, para que a evolução dos grupos se desenrole dentro dos parâmetros que constam do processo de ajuizamento.

Na época desportiva 2008/2009 o quadro competitivo foi totalmente autónomo e para a época desportiva de 2009/2010, continuaremos a propor um calendário totalmente independente.

As competições nacionais dos grupos de fitness – vertente Hip Hop, encontram-se organizadas segundo 3 escalões etários, Sénior, Júnior e Juvenil, numa só categoria de grupos. Será considerado o escalão de infantis para “encontros” conforme foi atrás referido.

O Departamento de Fitness continuará, como tem vindo a fazer durante o último ano, o seu envolvimento com o Departamento de GpT e com o PlayGym Serviços, tendo como objectivo a promoção e o desenvolvimento de projectos específicos na área da Saúde, Exercício e Tempos Livres.

### Objectivos

Tendo em consideração que a implementação das competições em regime de open nas duas últimas épocas desportivas anteriores foi positiva, quer em termos de descentralização regional – número de competições existentes –, quer financeiramente, decidiu a FGP continuar a apostar, em 2010, na consolidação deste modelo competitivo.

O alargamento, para o universo da FGP, de grupos com considerável nível técnico assim como elevação dos níveis de performance dos grupos que já participam nas nossas competições, serão também objectivos a atingir.

Outros objectivos a atingir:

- Integração dos grupos do Desporto Escolar nas competições da FGP.
- Organização dos encontros das actividades rítmicas expressivas do DE.
- Apoiar o Campeão Nacional Sénior e Júnior numa competição internacional – Madrid.
- Manutenção da auto-sustentabilidade financeira do Departamento de Fitness.

A descentralização do circuito na época desportiva anterior para a zona centro e sul do país, proporcionou uma maior diversificação de grupos para o circuito e uma maior visibilidade do mesmo, sendo objectivo para esta nova época desportiva a zona norte e as Regiões Autónomas. Procuraremos que os apurados nestas competições participem numa grande final nacional, se possível com transmissão televisiva.

Em termos de visibilidade, integrada no plano de marketing e comunicação da FGP, iremos apresentar uma proposta para que seja possível a participação regular dos grupos que vencem os “Challenge” num programa televisivo popular de entretenimento.

Quantitativamente, os objectivos definidos são os seguintes:

- Aumento do número de filiados para pelo menos o dobro;
- Aumento do número de edições do Challenge organizados por entidades e/ou clubes;

À semelhança das épocas desportivas anteriores, continuaremos a desenvolver um modelo de competição adaptado à nossa realidade, com um quadro competitivo regular de Fitness / Hip Hop, o “Hip Hop Challenge Tour 2009/2010”, em regime de Open, sendo que, das etapas previstas até ao momento, apenas uma será da responsabilidade da FGP (Oeiras), sendo as

restantes entregues às entidades e/ou clubes que se candidatarem, sempre com o controle, supervisionamento e acompanhamento técnico da FGP.

Para reforçar a motivação na participação na época desportiva 2008/2009 no Campeonato Nacional, perspectivamos poder apoiar o Campeão Nacional do escalão Sénior na participação numa competição internacional. Na época desportiva passada a FGP conseguiu suportar a participação do grupo no Campeonato Internacional de hip hop/funk em Madrid, obtendo o Campeão Nacional Sénior Português o **3º lugar** entre os 18 grupos participantes. Esta época propomos alargar este incentivo também ao Campeão Nacional do escalão Júnior se os recursos financeiros assim o permitirem.

Para além do prémio aos três primeiros classificados, gostaríamos de, na próxima época desportiva, encontrar patrocinadores que possam viabilizar o sorteio de prémios pelos grupos que se classificam nas posições seguintes, valorizando a atractividade das provas.

Este Tour apurará, de acordo com o seu regulamento específico, na época desportiva 2009-2010:

- O Vencedor da Taça de Portugal – o melhor Grupo filiado classificado no “Ranking FGP”;
- O vencedor do “Ranking FGP” de Grupos de Hip Hop;
- O Prémio Participação – Entidade/Clube com o maior número de grupos participantes no circuito.

#### Quadro Competitivo e de Eventos

Sendo a candidatura à organização de etapas do “Hip Hop Challenge Tour” um processo aberto, continuaremos a receber propostas ao longo da época desportiva para a organização de etapas. Até agora e confirmadas, temos previsto a realização das seguintes actividades:

Competições e eventos:

- Oeiras Challenge – organização que será também da responsabilidade da FGP e que terá o apoio da Câmara Municipal de Oeiras.
- Outras etapas do Fitness/Hip Hop Challenge Tour em apreciação: Guimarães, Alcochete e Lagoa.
- Campeonato Nacional de Fitness/Hip Hop – Confirmada a sua realização no Pavilhão da Associação Académica da Amadora, a 29 de Maio de 2010 com o apoio da Câmara Municipal.
- “Gala do Fitness/Hip Hop” 2010 – Estamos a aguardar uma proposta para a organização deste evento.

No seguimento da estratégia que tem vindo a ser desenvolvida até ao momento e dentro das suas possibilidades e competências, o Departamento de Fitness continuará a colaborar com o Departamento de Ginástica para Todos e com o PlayGym Serviços, na construção de Programas, na implementação de acções e na prestação de Serviços para os quais esteja vocacionado.

### **1.1.2. Projecto Inovador de Desenvolvimento da Prática Desportiva**

A Federação de Ginástica de Portugal apresentou nos últimos anos o programa Play GYM® – Ginástica de Aparelhos, como um projecto inovador para o desenvolvimento da prática desportiva. Com o passar dos anos e analisando o excelente resultado que o programa teve na promoção e desenvolvimento da Ginástica em geral e da Ginástica Artística em particular, a Federação de Ginástica de Portugal aplicou a filosofia Play GYM (abordagem lúdica à ginástica,

através de jogos e com um desenvolvimento sustentado através de pequenos objectivos que cada ginasta vai alcançando ao seu ritmo de aprendizagem) à Ginástica Aeróbica, com o programa AeroGYM, com igual êxito. Como passo marcante para a presente época desportiva, pretendemos alargar à disciplina gímnica competitiva que ainda não tem um programa de desenvolvimento inovador deste género, nomeadamente a Ginástica Rítmica, com o programa RitmicGYM.

Deste modo, o Play GYM® - Ginástica divertida, é uma filosofia inovadora na abordagem ao desenvolvimento da Ginástica, que visa aumentar o número de praticantes na ginástica e melhorar os métodos de aprendizagem nos clubes, através de programas sistematizados que promovem a correcta aprendizagem e uma boa base gímnica para um bom desenvolvimento independentemente da disciplina gímnica que seguir.

Assim sendo temos os seguintes programas gímnicos:

- Play GYM® Aparelhos – Programa inovador de desenvolvimento da Ginástica Artística;
- AeroGYM by Play GYM® – Programa inovador de desenvolvimento da Ginástica Aeróbica;
- RitmicGYM by Play GYM® – Programa inovador de desenvolvimento da Ginástica Rítmica.

O Play GYM® Aparelhos é o programa que esteve na génese desta filosofia e continua a evoluir, constituindo-se cada vez mais como um espaço de desenvolvimento de futuros ginastas de Ginástica Artística. Nesse sentido o Play GYM Aparelhos, está a ser integrado no programa técnico global da Ginástica Artística, preenchendo um espaço de formação específica na formação em aparelhos através da Zona Amarela – Iniciação, constituindo-se a partir da Zona Verde (Progresso) e incluindo a Zona Azul (Elite), como a 2ª Divisão de competição simplificada da Ginástica Artística, permitindo que a transição entre um programa de fomento e a vertente competitiva seja efectuada de uma forma natural, suave e consistente a nível técnico.

O AeroGYM by Play GYM®, programa para a área da Ginástica Aeróbica, continuará o seu desenvolvimento técnico (novos graus técnicos nas categorias existentes) concluindo o mapa geral de intervenção e disponibilizando a todos os técnicos e entidades credenciadas as respectivas rotinas.

Até ao fim do presente ano de 2009, concluiu-se o desenvolvimento das rotinas constituintes dos graus, 7º, 6º e 5º para Individuais, Trios e Conjuntos. Até ao fim do ano de 2010 estão em desenvolvimento, nas 3 áreas, os graus, 4º e 3º (zona Verde) e graus, 2º e 1º (Zona Azul). Desta forma ficará concluída a construção técnica do programa de desenvolvimento para a Ginástica Aeróbica.

Para o ano de 2010, a Federação de Ginástica de Portugal pretende desenvolver o novo programa para a área da Ginástica Rítmica, o RitmicGYM by Play GYM®. Tal como os programas anteriores, o RitmicGYM será um programa para os clubes, com a finalidade de melhorar e sistematizar os processos de aprendizagem nas diferentes categorias de base da Ginástica Rítmica, aumentando o número de potenciais futuros praticantes desta disciplina gímnica, através do contacto simplificado de muitas meninas com os aspectos lúdicos iniciais da disciplina.

Na área da Ginástica para Todos e como apoio ao desenvolvimento da área de intervenção não competitiva, continuaremos neste ano de 2010 com a implementação de novidades técnicas, em diversas áreas de intervenção:

Na Área da Ginástica de Formação Geral, nomeadamente:

- BabyGYM by Play GYM® dos 0 meses aos 72 meses;
- BasicGYM by Play GYM® dos 6 aos 9 anos;
- JuniorGYM by Play GYM® dos 10 aos 17 anos).

Ainda dentro do espírito de Programa Inovador de Desenvolvimento Desportivo, continuamos com o desenvolvimento do “Joga e Salta à Corda” by PlayGYM, programa simplificado na área do Rope Skipping (programa de Salta à Corda da Ginástica para Todos), que com skills (habilidades) simples e organizados em Sessões/Aulas para dez semanas de prática, se pretende que seja uma ferramenta de exercício físico para o universo escolar no 1º e 2º CEB, bem como em clubes e entidades que pretendam implementar novas actividades de exercício e combate ao sedentarismo.

Todos estes programas Play GYM® se encaixam, na estratégia de desenvolvimento integrado da Ginástica, a qual identificamos como a Árvore da Ginástica, que é constituída por Raízes, Tronco, Ramos e Folhas, todas elas ligadas entre si e distribuídas pelas diferentes idades do praticante.

### **Metodologia global de aplicação dos programas Play GYM®.**

Em 2010 continuaremos a reforçar a intervenção de formas distintas:

Por um lado continuaremos a facilitar a adesão ao sistema com novos meios de apoio à divulgação e suporte técnico da marca e programas Play GYM® (gratuito mas condicionados às entidades filiadas que adiram ao programa), de forma a aumentar o número de entidades licenciadas e o número de praticantes de ginástica;

Por outro lado, proporcionar a todas as entidades filiadas, novas actividades simplificadas e de participação lúdica e agradável, desenvolvendo a vertente competição (saudável) entre os ginastas e as próprias entidades, disponibilizando-lhes todos os novos suportes de comunicação e gestão existente, bem como momentos de convívio e prática de todos aqueles que praticam actividades sem índole competitiva.

Para a aplicação dos diferentes programas, também os recursos humanos associados têm de estar associados (filiados) à Federação de Ginástica de Portugal, deste modo, e para a aplicação correcta dos programas, a FGP impõe que os técnicos sejam credenciados na área em que pretendem intervir e que todos os ginastas estejam também identificados e filiados na federação.

Continuaremos ainda a estreitar ao máximo as relações com as entidades licenciadas e com as respectivas ADG's. Assim como a actualização dos técnicos activos e dos que passam a inactivos.

Num âmbito geral transversal a todos os programas prevemos as seguintes acções:

- 5 Presenças em Feiras de actividade física (crianças, jovens, Adultos) pelo País com Actividades Práticas (Dinamizações)
- Desenvolvimento de área específica “Gymmy Gym” em Sítio próprio na Internet [www.play-gym.com](http://www.play-gym.com).



- Workshop, Cursos, Actividades de Formação e Encontros Técnicos, para o Corpo Técnico de cada programa.

No que às Provas diz respeito, e à semelhança do que aconteceu no ano de 2009 a federação delegou a organização das provas nas ADG's e Entidades Licenciadas, criando deste modo sinergias entre Federação, Associações e Clubes para que as provas desenvolvidas sejam sustentadas e aliadas às competições formais (distritais, regionais e Nacionais) para que existam elos de ligação, e para que se rentabilizem recursos na organização da competições.

Do ponto de vista da Formação, neste ano de 2010 iremos integrar todos os técnicos na nova carreira de treinador, conforme legislação em vigor. Para tal todos os técnicos já credenciados, terão a possibilidade de integrar a carreira de treinador da disciplina gímnica do programa de desenvolvimento respectivo. Isto será possível, porque no novo Regulamento de Formação e nas novas estruturas de formação de cada disciplina gímnica, os Grau I de Treinador, integrarão os conteúdos técnicos dos graus Play GYM até 11º grau no Play GYM de Aparelhos e 5º Grau no Aerogym. No Caso do RitmicGYM, a denominação dos graus ainda será definida, mas também farão parte dos conteúdos do Grau I de Treinador.

As restantes fases dos programas, até aos 1º Graus de cada, deverão ser os conteúdos técnicos a abordar, na nova área de Formação de Treinadores, conforme Regulamento de Formação, que é a Fase de Especialização do Treinador de Grau I. Este treinador, não pretende evoluir na carreira de Treinador de competição até ao nível mais alto de Juniores e Seniores, mas pretende especializar-se e aprofundar os seus conhecimentos de treino nas camadas jovens.

Com esta vertente de formação especializada integrada na estratégia global de desenvolvimento técnico da disciplina, julgamos estarem criadas as condições necessárias, para que cada disciplina gímnica, consiga promover, apoiar e motivar a participação de mais praticantes, treinadores, juizes e também outras entidades onde se poderá praticar "Ginástica" de qualidade e acessível a todos.

Continuarão a ser apresentados projectos de desenvolvimento integrado da ginástica às autarquias com o objectivo de dotá-las de Serviços Gímnicos através de Outsourcing qualificado.

Para o Play GYM® Aparelhos:

Objectivos para o Ano:

- 500 Ginastas nos diversos níveis e 2ª divisão;
- 40 Clubes com PlayGYM Aparelhos e 2ª Divisão;
- Reciclagem e integração de 50 Treinadores;
- Prevêm-se as seguintes actividades, no seguimento dos anos transactos:
- 1 Encontro/Prova por Aparelhos Zona Verde e seguintes/2ª Divisão;
- Apoio a 4 Encontros/Exames/2ª Divisão Regionais;
- 10 Visitas técnicas de acompanhamento ao PlayGYM Aparelhos/2ª Divisão

Produção dos Livros:

- Finalização do Manual de Didáctica III (Iniciação – Aparelhos);

Para o AeroGym by Play GYM®

Em 2010 prevemos continuar a desenvolver os seguintes materiais e actividades:

- Construção das 4 Rotinas técnicas (Grau 4º,3º,2º e 1º) que faltam na área de Conjuntos;

- Construção das 4 Rotinas técnicas (Grau 4º,3º,2º e 1º) que faltam na área de Trios;
- Construção das 4 Rotinas técnicas (Grau 4º,3º,2º e 1º) que faltam na área de Individuais;
- Com os respectivos suportes áudio e vídeo;
- Desenvolver manual técnico de apoio para estes graus;
- Desenvolver suportes de comunicação e divulgação;
- Promover Clínicas para praticantes;
- Desenvolver actividades de formação para Agentes de ensino.

Vamos intervir de duas formas distintas:

- Apoio às Associações de Ginástica na vertente técnica e pedagógica para divulgação e implementação de actividades;
- Desenvolvimento de actividades específicas no âmbito do Desporto Escolar, promovendo parcerias para a junção de actividades com o sistema gímnico.

Objectivos para o Ano:

- 200 Ginastas nos diversos graus de Conjuntos, Trios e Individuais;
- 24 Clubes com AeroGYM e 2ª Divisão;
- Formação e integração de 50 Treinadores;
- Neste âmbito estão previstas as seguintes acções:
- 1 Prova/Exame Nacional;
- Apoio a 4 Encontros/Provas Regionais;
- 5 Cursos de Formação/Workshops

Produção dos Manuais:

- de didáctica de Progresso e Elite em Conjuntos;
- de didáctica de Iniciação em Trios e Individuais;
- 5 Actividades Práticas de Dinamização;
- 10 Visitas técnicas de acompanhamento ao AeroGYM;
- Reorganização do Sítio PlayGYM® na Internet

Para o RitmicGYM by Play GYM®

Em 2010 prevemos continuar a desenvolver os seguintes materiais e actividades:

- Construção das 3 primeiras Rotinas técnicas na área de Conjuntos;
- Construção das 3 primeiras Rotinas técnicas em Mãos Livres;
- Construção das 3 primeiras Rotinas técnicas em 3 Aparelhos;
- Com os respectivos suportes áudio e vídeo;
- Desenvolver manual técnico de apoio para estes graus;
- Desenvolver suportes de comunicação e divulgação;
- Promover Clínicas para praticantes;
- Desenvolver actividades de formação para Agentes de ensino.

Vamos intervir de duas formas distintas:

- Apoio às Associações de Ginástica na vertente técnica e pedagógica para divulgação e implementação de actividades;
- Desenvolvimento de actividades específicas no âmbito do Desporto Escolar, promovendo parcerias para a junção de actividades com o sistema gímnico.

Objectivos para o Ano:

- 3 Cursos de Formação/Workshops

#### Produção dos Manuais:

- de didáctica em Maãos Livres;
- de Didáctica em Conjuntos e Aparelhos;
- 3 Actividades Práticas de Dinamização;
- 3 Visitas técnicas de acompanhamento ao RitmicGYM;
- Reorganização do Sítio PlayGYM® na Internet

Para o BabyGYM by Play GYM®, BasicGYM by Play GYM®, JuniorGYM by Play GYM®

Estes programas de desenvolvimento estão integrados no Departamento de Ginástica para Todos e pretendem sistematizar a intervenção dos treinadores de formação e professores de educação física, de forma a aplicarem uma correcta metodologia de ensino.

#### Objectivos para o Ano:

- 750 Ginastas nos diversos programas;
- 40 Clubes com programas BabyGYM, BasicGYM e JuniorGYM;
- Reciclagem e integração de 75 Treinadores no Grau I;
- Apoio ao JuniorGYM Encontro Nacional para Crianças e Jovens, com actividades em cada programa;
- Desenvolvimento dos manuais de ensino;
- Desenvolvimento dos suportes de comunicação;
- 2 Workshops de cada programa;
- 2 Actividades Práticas de Dinamização por cada programa;
- 10 Visitas técnicas de acompanhamento aos programas;
- Apoio a projectos de construção de espaços de prática dos programas;
- Reorganização do Sítio PlayGYM® na Internet [www](http://www).

Para o Joga e Salta à Corda by Play GYM®

Este programa está igualmente integrado no Departamento de Ginástica para Todos e pretende continuar a sistematização da intervenção dos professores de educação física do 1º e 2º CEB, bem como os treinadores de formação dos clubes e entidades com formação de base, para que com uma correcta metodologia de ensino desta actividade, promovam uma mais efectiva luta contra o sedentarismo através do Saltar à Corda.

#### Objectivos para o Ano:

- 500 Ginastas nos Joga e Salta à Corda e Rope Skipping;
- 20 Clubes e Escolas filiadas com actividade;
- Formação de 50 Treinadores;
- Apoio ao JuniorGYM Encontro Nacional para Crianças e Jovens, com actividades práticas;
- Desenvolvimento dos manuais de ensino;
- Desenvolvimento dos suportes de comunicação;
- 5 Workshops de divulgação;
- 4 Actividades Práticas de Dinamização do programa;
- 10 Visitas técnicas de acompanhamento aos programas;
- Apoio a actividades de desenvolvimento e formação do Desporto Escolar;
- Reorganização do Sítio PlayGYM® na Internet

### **1.1.3. Apoio a Associações**

Para 2010, prevemos a manutenção da atribuição do apoio prestado pela federação ao funcionamento e ao desenvolvimento de actividades, projectos e quadros competitivos das Associações Distritais e Regionais de Ginástica, que tenham cumprido no ano de 2009 as suas obrigações perante a FGP. O montante total destinado a este apoio estará dependente das verbas atribuídas pelo Estado no âmbito do Projecto de Desenvolvimento da Actividade Desportiva (32%).

Adicionalmente, integrado na reformulação do Modelo de Filiação da FGP, para além da dotação anual acima referida, as ADG's terão uma comparticipação relativa a cada ginasta filiado na sua Associação e a cada Seguro Desportivo efectuado, conforme regulamento da filiação. Conforme oportunamente referimos, este modelo de funcionamento permitirá encontrar uma maior base de estabilidade na sustentação das actividades das ADG's. Terá ainda a vantagem adicional de ser um método directo de financiamento, já que os valores em causa poderão ser desde logo retidos nas próprias ADG's.

A publicação do Dec. Lei nº 273/2009 de 1 de Outubro veio introduzir a obrigatoriedade de celebração de contratos programa para atribuição de verbas a Associações e Clubes que clarifiquem os objectivos do apoio concedido e as obrigações assumidas pelos beneficiários. Pensamos que se trata de uma decisão que poderá contribuir para a melhoria dos processos internos de todos os intervenientes e que certamente passará a constituir o modelo de referência nesta matéria.

### **1.1.4. Ajuizamento**

No ano de 2010 centraremos esforços no sentido de apoiar tecnicamente o ajuizamento por forma a melhorar o desempenho dos juizes das diferentes disciplinas gímnicas, na perspectiva da defesa da dignidade da sua função.

Nesta mesma perspectiva procuraremos melhorar a articulação da acção e os processos funcionais que envolvem a Associação Nacional de Juizes de Ginástica Desportiva.

## **1.2. Gabinete de Organização de Eventos, Comunicação, Imagem e Projectos**

### **Introdução**

O Gabinete de Comunicação, Imagem e Projectos continua a desenvolver a sua actividade de um modo transversal às diversas áreas funcionais da FGP. Este gabinete além da acção desenvolvida, nos domínios do planeamento estratégico, organização e desenvolvimento, na comunicação e no marketing institucional, também será peça fundamental na captação de patrocínios, imprescindíveis para uma cada vez maior autonomia financeira da FGP.

Este gabinete continuará, à semelhança dos anos anteriores, a ter um papel fundamental na organização de todos os eventos/competições da responsabilidade da FGP.

### **Objectivos e acções previstas:**

- Em articulação com os Departamentos Técnicos, melhorar o modelo de interacção e organização de eventos, por forma a torná-los mais atractivos e estimulantes e a reduzir os seus custos.
- Procurar aumentar a comparticipação de terceiros, na organização de eventos através do estabelecimento de parcerias público-privadas e da captação de patrocínio específico.

- Procurar obter uma maior visibilidade da Ginástica em termos nacionais através da produção de suportes elaborados em parceria com outras instituições, tirando partido das possíveis sinergias nesta matéria. Para 2010 prevê-se a produção de todo o suporte gráfico para 2 Taças do Mundo (Artística e Aeróbica); Newsletters para a Taça do Mundo de Rítmica; Boletins oficiais do Golden Age 2010 e mais algum material necessário; todos os Hip-Hop Challenges (cartazes, bilhetes e cheques); e Cartazes e convites para todas as provas do calendário nacional, que inclui 17 provas/eventos.
- Reforço da estratégia de captação de apoios, patrocínios e parcerias, através da valorização e divulgação das mais-valias comunicacionais associadas às diferentes disciplinas gímnicas e aos eventos que promovemos.
- Actualização constante do site institucional da FGP, garantindo a disponibilização da informação relevante e em tempo útil.
- Manutenção da parceria com a InfoGinástica como forma de proporcionar ao Universo Gímnic Nacional uma informação dinâmica, atractiva, participada e virada para os adeptos.
- Desenvolvimento das parcerias associadas ao Cartão de Filiado e aos Amigos da Ginástica, como forma de aumentar o seu leque de ofertas e, conseqüentemente, a sua atractividade. Contando neste momento com 56 parcerias, conseguidas entre 2008 e 2009, e prevendo-se a angariação de mais 15 no ano de 2010 devido à quantidade de eventos internacionais calendarizados para este ano.
- Continuação do esforço de modernização, harmonização e divulgação da Imagem da FGP enquanto referencial de identidade da marca “Ginástica” no contexto nacional.
- Melhoria dos processos internos relativos à produção dos suportes comunicacionais, nomeadamente no que diz respeito à articulação com os Departamentos Técnicos, por forma a garantir a sua realização com maior antecedência e, conseqüentemente, efeito.
- Reforço da ligação interdepartamental na realização de projectos, garantindo um melhor aproveitamento e racionalização dos recursos humanos e materiais disponíveis.
- Manutenção do empenho na comercialização de produtos e serviços da FGP.

### **1.3. Dirigentes em Organismos Internacionais**

Portugal continua a manter uma importante participação nas mais altas instâncias internacionais da modalidade: Federação Internacional de Ginástica (FIG) e União Europeia de Ginástica (UEG).

No último Congresso da União Europeia de Ginástica, que se realizou em Telavive, entre os dias 05 e 08 de Novembro pp., foram reeleitos:

- Membro do Comité Executivo: João Manuel Boa de Jesus
- Membro do Comité Técnico de Ginástica para Todos: Alberto Claudino
- Membro do Comité Técnico de Trampolins: Rui Vinagre (FGP/FPTDA)
- Membro do Comité Técnico de Acrobática: Bernardo Tomás (FGP/FPTDA)

No que diz respeito à Federação Internacional de Ginástica, manteremos três representantes eleitos: Rogério Valério no Comité Técnico de Ginástica para Todos; Ana Margarida Maçanita na Comissão de Atletas, Margarida Dias Ferreira na Comissão Disciplinar e Raul Correia (FGP/FPTDA) no Comité Técnico de Acrobática. A Prof. Doutora Eunice Lebre, Presidente da Comissão Científica da EnGYM, continuará a fazer parte da Comissão Científica da FIG.

Ainda neste domínio temos assistido a um crescente interesse na participação dos quadros nacionais da Ginástica como prelectores nas acções de formação, bem como em fora técnicos e de discussão estratégica, promovidos tanto pela FIG e UEG, como por outras Federações. A atestá-lo os diversos convites que têm sido endereçados à FGP ou aos próprios.

## União Europeia de Ginástica

Nome: **Manuel Boa de Jesus**

Cargo: **Membro do Comité Executivo**

Como membro do Comité Executivo da UEG e no quadro das suas funções, participará nas reuniões e acções a desenvolver por este órgão, assim como nas actividades e projectos nos quais esteja envolvido.

---

**Nome:** Alberto Claudino Loureiro Nunes

**Cargo:** Membro do Comité Técnico de Ginástica para Todos da União Europeia de Ginástica.

### Introdução

O Comité Técnico de Ginástica para Todos (CT GpT) da União Europeia de Ginástica (UEG) é responsável pela tutela e organização das actividades de Ginástica de Grupo na Europa.

O CT GpT desenvolve actividades na área da formação de técnicos e de ginastas e organiza dois eventos bienais de Ginástica na Europa: O EUROGYM - Festival Europeu da Juventude e da Ginástica e o GOLDEN-AGE GYM FESTIVAL - Festival Europeu de Ginástica para maiores de 50 anos, que no ano de 2010 irá realizar-se em Portugal.

O membro português do CT GpT é responsável pelo grupo de Trabalho do GOLDEN-AGE, supervisionando directamente o evento em representação da UEG, e desempenha funções de consultoria na área logística (transportes, alojamentos, alimentação e segurança) no EUROGYM.

### No ano de 2010 estão previstas as seguintes acções:

Janeiro – 22 a 24 de Janeiro – Viena, Áustria

- Reunião de transmissão de poderes.
- Decisão sobre o calendário definitivo de reuniões. oportunidade.

Março/Abril – Odense, Dinamarca

- Última reunião de controlo do EUROGYM

Julho – 11 e 12 - Odense, Dinamarca

- Reunião imediatamente antes do Eurogym, festival em que Portugal é o país com a maior delegação.
- Os custos de alojamento, alimentação e transporte serão suportados pela Organização local.

Setembro – Portimão, Portugal

- Última reunião de controlo do Golden Age.

Outubro – Portimão, Portugal

- Reunião imediatamente antes do Golden Age.
-

## Federação Internacional de Ginástica

**Nome:** Rogério Valério

**Cargo:** Membro do Comité Técnico de Ginástica para Todos da Federação Internacional de Ginástica.

Eleito no Congresso FIG 2004 realizado em Antalya – Turquia e reeleito no Congresso FIG 2008 realizado em Helsínquia - Finlândia.

Como alguns dos principais benefícios desta participação em comité FIG, a Federação de Ginástica de Portugal colhe o reconhecimento como federação líder e dinâmica, correspondendo ao facto de apresentar consistentemente nas últimas duas décadas a terceira maior delegação nacional na Gymnaestrada Mundial, a participação e influência nas tomadas de decisão do comité, a participação e liderança em diversos projectos, dos quais destacamos:

- O processo de avaliação da Gymnaestrada Mundial;
- A responsabilidade e acompanhamento de todas as áreas de apresentações da Gymnaestrada Mundial;
- A participação na génese e desenvolvimento do novo curso da Academia FIG para treinadores de Ginástica Para Todos “Foundations of Gymnastics Course”;
- Prelecção em nome da FIG do curso de Ginástica Para Todos “Foundations of Gymnastics Course”;
- A possibilidade de indicarmos e consolidarmos a participação de técnicos portugueses em eventos FIG, entre outros benefícios.

Para o ano de 2010 estão previstas a realização de 4 reuniões, sendo três na Europa e uma fora da Europa.

---

**Nome:** Ana Margarida Moita de Andrade Maçanita

**Cargo:** Membro da Comissão de Atletas da Federação Internacional de Ginástica, Representante da Ginástica Aeróbica.

A Comissão de Atletas é composta por seis membros. Cada um destes é representante de uma disciplina competitiva diferente. A Comissão de Atletas representa os atletas das diferentes disciplinas levando às instâncias superiores as suas ideias preocupações e sugestões.

Os membros da comissão têm direito a assistir às reuniões dos respectivos TC, porém sem direito a voto.

Cabe à Comissão de Atletas fazer um planeamento para o ano de 2010. Neste sentido está prevista a realização de duas reuniões.

---

**Nome:** Margarida Dias Ferreira

**Cargo:** Membro da Comissão Disciplinar

Como membro da Comissão Disciplinar da FIG e no quadro das suas funções, participará nas reuniões e acções a desenvolver por este órgão, assim como nas actividades e acções nos quais esteja envolvida.

## **1.4. Organização e Gestão da Federação**

Encarada como uma prioridade no actual ciclo olímpico, a melhoria dos processos internos da FGP passará em grande medida pelo trabalho a desenvolver no domínio da Organização e Gestão. Partindo do trabalho desenvolvido em 2008 no quadro da definição e racionalização de funções das diferentes unidades funcionais da FGP, será dada continuidade aos ajustes considerados necessários, no sentido da melhoria dos nossos processos internos, por forma a aumentar a qualidade da nossa acção a todos os níveis.

### **1.4.1 Recursos Humanos**

No ano de 2010 manteremos a reformulação já iniciada no âmbito dos Recursos Humanos. O redimensionamento da FGP, tendo em conta as suas necessidades actuais e projectos, é sempre uma prioridade. A rentabilização das pessoas dentro das suas capacidades e competências sem comprometer a capacidade de intervenção, de desenvolvimento e de captação desses mesmos recursos é um objectivo capital.

### **1.4.2 Enquadramento Administrativo da Federação**

O Quadro de Pessoal Administrativo da Federação manter-se-á em 2010 distribuído da seguinte forma: Administração, Departamento Financeiro e Serviços Administrativos

O ano de 2010 dará continuidade ao desenvolvimento e modernização de processos, no sentido do aumento da qualidade das actividades administrativas e de gestão executiva através do recurso a métodos e metodologias que promovam a eficiência e eficácia organizacional.

## **2. Enquadramento Técnico**

Incluímos neste programa a contratação/manutenção de técnicos desportivos que se encontram a dirigir e/ou coordenar os programas e projectos implementados pela Federação de Ginástica de Portugal.

Em termos de diversidade das suas disciplinas, a Ginástica tem características próprias que diferenciam a sua Federação da maioria das demais. Há pois uma necessidade efectiva de manter departamentos técnicos para cada uma das disciplinas gímnicas. Assim, quando nos reportamos a esta matéria, deveríamos ter presente que as marcadas diferenças a que nos referimos, fazem com que, na prática, a FGP tenha muitas das necessidade de uma federação multidesportiva. Neste sentido, para garantir o desenvolvimento e a qualidade da intervenção em cada disciplina gímnic, continuaremos a manter a requisição ao Ministério da Educação de 3 técnicos na área da Ginástica Artística Masculina e Feminina. Além destes, está prevista a continuação de dois técnicos a tempo inteiro, com contrato directo à federação na área da Ginástica Aeróbica e da Formação e de um técnico a tempo parcial, para apoio à Ginástica para Todos.



## **3. Modernização e Apetrechamento**

### **3.1 Apetrechamento**

O ano de 2010 poderá vir a ser para a FGP o início de uma nova era no que diz respeito à melhoria das condições de trabalho, a médio prazo, das nossas selecções nacionais, bem como da própria realização de quadros competitivos.

Como primeiro projecto devemos referir da importância do Centro de Alto Rendimento de Sangalhos que esperamos esteja totalmente finalizado até ao final de Março de 2010. A conclusão desta infra-estrutura poderá certamente ser uma boa oportunidade para a realização de importantes acções de estágio dos nossos atletas e permitirá situações de cooperação com outros países.

A importância deste projecto reflecte-se igualmente no facto de o seu apetrechamento ter sido a base que permitiu à FGP lançar a candidatura, junto da Federação Internacional de Ginástica, à realização de uma Taça do Mundo de Ginástica Artística, o que foi conseguido com êxito, tendo a mesma sido marcada para São João da Madeira, para 19 e 20 de Junho de 2010.

O segundo projecto que, a médio prazo, pode em muito melhorar as condições de trabalho e competição para os nossos melhores atletas, e permitir a implementação do projecto da IIª divisão, principalmente para a região de Lisboa, tem a ver com o denominado Projecto da Alta de Lisboa, da responsabilidade da Câmara Municipal de Lisboa que, para o efeito, e na sequência de contactos já havidos com a FGP, se propõe construir um Centro de Treino para as diversas modalidades da ginástica resolvendo igualmente vários problemas que afectam muitos dos clubes desta região.

As oportunidades que estes projectos apresentam para o desenvolvimento da modalidade não nos podem fazer esquecer das muitas carências imediatas que a maioria dos nossos clubes apresentam nas suas instalações quando estamos a falar das condições de treino para os atletas que se pretendem candidatar, ou já estão inseridos num projecto de alto rendimento.

Neste contexto, e no quadro de apoio aos clubes, principalmente os das regiões da grande Lisboa, e do grande Porto, que diariamente desenvolvem um enorme esforço financeiro para manter as suas secções de ginástica artística em funcionamento, consideramos que seria da maior importância que o Estado pudesse criar um projecto de apoio ao apetrechamento dos clubes que efectivamente são os fornecedores dos atletas que representam o país nas mais importantes competições a nível internacional, e que no fundo funcionam, no dia-a-dia, como “Centros de Treino da FGP”.

Consideramos assim que é necessário um forte investimento, capaz de permitir condições de treino compatíveis com o alto rendimento, através da aquisição de 2 Praticáveis de Ginástica Artística, um para a região de Lisboa (LGC) e outro para o Porto (FADEUP), e de duas pistas de solo para equipar dois clubes da área de Lisboa (LGC e GCP) onde treinam grande parte dos ginastas das selecções nacionais.

A especificidade deste material e a degradação dos equipamentos existentes, já com muitos anos de intenso uso, aliada aos resultados alcançados e mais do que isso, aos objectivos a que nos propomos para a Ginástica Artística Masculina e Feminina, fazem deste projecto uma absoluta necessidade em termos de desenvolvimento das duas disciplinas com vista ao apuramento olímpico para Londres 2012 (ver Projecto Olímpico).

No âmbito da Ginástica para Todos, procuraremos adquirir uma mesa de saltos para a competição de TeamGym. O primeiro Campeonato Nacional de TeamGym realizou-se no ano de 2006 e em 2008, apesar de não termos reunidas as condições necessárias de treino, a equipa nacional apurou-se para a final masculina na Competição Internacional de TeamGym, alcançando um honroso 6º lugar.

## **4. Alta Competição e Selecções Nacionais**

As acções integrantes deste Programa visam primordialmente o enquadramento, preparação e participação competitiva de praticantes inscritos no registo de alta competição e das Selecções Nacionais.

A preparação e participação competitiva de equipas de ginastas inseridos nas selecções nacionais articulam-se com o desenvolvimento dos programas de alta competição, objectivando a obtenção de resultados desportivos de excelência no plano internacional e que se traduzam num factor potenciador de um melhor desenvolvimento da Ginástica em Portugal.

A metodologia utilizada no Desenvolvimento da Actividade Desportiva também se aplica na Alta Competição. Desta forma apresentamos o nosso orçamento dividido por área gímnica de competição.

### **Ginástica Artística**

#### Introdução

As acções constantes deste Programa visam primordialmente o enquadramento, preparação e participação competitiva de equipas e praticantes inscritos no registo de alto rendimento.

A preparação e participação competitiva de equipas de ginastas inseridos nas selecções nacionais articulam-se com o desenvolvimento dos programas de alta competição, objectivando a obtenção de resultados desportivos de excelência no plano internacional, e que se traduzam num factor potencializador de um melhor desenvolvimento da Ginástica em Portugal.

Em termos do quadro competitivo internacional o ano de 2010 vai representar para a FGP um elevado quadro de responsabilidades, pois é um ano que engloba os Campeonatos da Europa masculinos e femininos, de Seniores, e Juniores, os Campeonatos do Mundo masculinos e femininos de seniores, onde se começa a fazer a selecção de apuramento para os Jogos Olímpicos de 2012, o circuito de Taças do Mundo, com oito provas de categoria A, e ainda os Jogos Olímpicos da Juventude, cujo apuramento está dependente dos resultados a obter nos Campeonatos da Europa de juniores.

#### **4.1. Ginástica Artística Masculina**

##### Critérios de Selecção

Os critérios de acesso para a selecção nacional encontram-se definidos e publicados no documento: SISTEMA DE ALTA COMPETIÇÃO – 2009, GINÁSTICA ARTÍSTICA MASCULINA, MODELO DE INTEGRAÇÃO DOS GINASTAS

GINÁSTICA ARTÍSTICA MASCULINA				
Nome	Ano Nascimento	Clube	Subsistema	Grupo
Frederick Pereira Farley	1997	SpCP	Seleccções Nacionais	Iniciados
Francisco da Cruz Lemos Araújo	1997	GCP	Seleccções Nacionais	Iniciados
Henrique Morais C. Silva Ramos	1996	LGC	Seleccções Nacionais	Juvenil
Bernardo Filipe M. C. Costa Almeida	1996	LGC	Seleccções Nacionais	Juvenil
João Alexandre Pontes Abreu	1996	CDN	Seleccções Nacionais	Juvenil
Keanu Lee Nunes	1996	GCP	Seleccções Nacionais	Juvenil
Duarte Maria Tavares Guedes	1995	LGC	Seleccções Nacionais	Juvenil
Tiago Miguel Mendes Barbosa	1995	GCM	Seleccções Nacionais	Juvenil
Afonso José Fernandes Spínola	1995	CDN	Seleccções Nacionais	Juvenil
Vasco Miguel da Silva Barata	1995	GCP	Seleccções Nacionais	Juvenil
António Maria Crespo Nunes de Abreu	1993	GCP	Seleccções Nacionais	Júnior
Ricardo Manuel Andrez Martins	1992	SpCP	Seleccções Nacionais	Júnior
Francisco dos Santos Fragoso	1992	GCP	Seleccções Nacionais	Júnior
Tiago Pina Bessa	1989	LGC	Seleccções Nacionais	Sénior
Diogo Lopes Romero	1990	Ex-GCM	Nível B	Sénior
Simão Bernardo da Silva Almeida	1986	GCP	Nível B	Sénior
Tiago Luís de Carvalho e Silva Camacho	1982	LGC	Nível B	Sénior
Gustavo Palma Simões	1990	LGC	Nível A	Sénior
Luís Filipe Araújo	1986	GCP	Nível A	Sénior
Bernardo Kevin Loy da Graça	1984	GCP	Nível A	Sénior
Manuel Jorge de Almeida Campos	1981	BFC	Nível A	Sénior

O projecto da Ginástica Artística Masculina encontra-se numa fase de sucesso assinalável, tendo sido obtidos nos últimos três anos resultados que há bem pouco tempo atrás se consideravam uma impossibilidade. O desenvolvimento deste projecto só será viável se dispusermos de recursos financeiros compatíveis com o conceito de Alto Rendimento, de forma a podermos encurtar distâncias entre as condições de trabalho que os nossos atletas e treinadores dispõem relativamente aos seus concorrentes. Para tal é determinante que as instituições públicas responsáveis pelo desporto possam disponibilizar os apoios necessários.

### Objectivos

Sendo este o projecto de alto rendimento da FGP onde são mais previsíveis resultados de topo europeu e mundial para este ciclo olímpico, as participações da GAM nos eventos de nível europeu e mundial têm como objectivos a obtenção de finais e medalhas disputadas nas competições de alto nível, bem como o apuramento para os JO 2012.

Deste modo e a **nível europeu** a FGP estabeleceu, como meta para o ciclo olímpico 2009-2012 a nível de equipas seniores, a chegada à primeira divisão europeia, ou seja a classificação entre as 12 melhores equipas da Europa. A nível individual a ambição centra-se na continuação da participação em finais de all-around, e de aparelhos, passando o objectivo a ser também o de alcançar de medalhas nessas mesmas provas no final deste ciclo. Para tal a participação nos próximos Campeonatos de Seniores, a realizar em Abril, em Birmingham, vão permitir dar-nos uma ideia do nosso nível de evolução nestes últimos anos.

Neste ano de 2010 disputa-se também o Campeonato da Europa de Juniores prova onde igualmente iremos estar presentes.

A **nível mundial** os objectivos da equipa continuam a centrar-se na manutenção da equipa nas 24 melhores, correspondendo este resultado à elite mundial. A nível individual a ambição centra-se na continuação da participação em finais de all-around, o que aconteceu pela primeira

vez, na história da ginástica portuguesa em Campeonatos do Mundo, no ano de 2009, e pela participação em finais por aparelhos, objectivo que até momento nunca foi conseguido, ficando a obtenção de medalhas como possibilidade para o final deste ciclo olímpico.

Neste ano de 2010, pelo que representa no processo de apuramento para os jogos Olímpicos de Londres, que no ponto seguinte se descreve, a nossa participação nos Campeonatos do Mundo que se realizam em Outubro na cidade de Roterdão apresentam um carácter de excepcional importância e onde a FGP vai colocar todas as suas capacidades financeiras possíveis ao serviço da nossa equipa, sendo que o apoio que ao nível do Alto Rendimento que o IDP, I.P. nos venha a proporcionar pode ser decisivo na obtenção do importante objectivo que culminará com a participação nos JO, cujo primeiro, e mais importante passo se vai jogar nesta competição.

A **nível olímpico** os objectivos centram-se no apuramento de 1 a 3 ginastas para os Jogos Olímpicos de Londres. Dois pela via de obtenção de uma medalha no Campeonato do Mundo de 2011, que é o que se apresenta com menor possibilidades de concretização pelo grau de dificuldade inerente, e o lugar restante através da participação individual no “Test Event”, a realizar em Londres em Março de 2012. Para este segundo apuramento, que é o mais provável, a sua potenciação para o sucesso fica desde logo condicionado numa 1ª fase pela obtenção de um resultado nas 24 primeiras equipas do Mundo, no mundial de 2010, o que significa poder participar com 2 ginastas, para apurar um, no referido “Test-Event”. O não apuramento entre as 24 primeiras equipas permite apenas o apuramento de um ginasta para o “Test\_Event” o que representa menores possibilidades estatísticas de sucesso face à primeira hipótese.

#### Quadro competitivo e Acções Previstas

Como forma de preparação para os principais eventos de 2010 - Campeonato da Europa, e Campeonato do Mundo - irão realizar-se cerca de 11 semanas de estágios nacionais, 4 de estágios internacionais, 2 dos quais, espera-se, ao abrigo de protocolos de cooperação, de forma a alcançar o melhor nível competitivo, perspectivando-se ainda a participação nas seguintes competições internacionais

- Torneio Internacional da Madeira/Funchal – Juniores e Seniores
- Torneio Internacional de Berlim - Juniores
- Taça do Mundo de Doha – Seniores
- Taça do Mundo de Paris – Seniores
- TI de preparação Campeonato Europa – Seniores
- TI de preparação Campeonato Europa - Juniores
- Taça do Mundo de São João da Madeira - Seniores
- Taça do Mundo de Ghent – Seniores
- TI de preparação Campeonato Mundo Montreal - Seniores
- TI de preparação Campeonato Mundo Madrid - Seniores
- Taça do Mundo de Osijek – Seniores
- Taça do Mundo de Estugarda – Seniores
- Taça do Mundo de Glasgow – Seniores

#### Observações

Refira-se que pelas novas regras, apesar de exigirem mais fases de apuramento, o crivo é menos apertado; se as mesmas estivessem em vigor para Pequim, o ginasta Manuel Campos, apesar de ter tido uma actuação menos conseguida no Campeonato do Mundo em que se disputou este acesso, teria passado de 4.º reserva para o apuramento directo, ainda com 2 ginastas colocados atrás de si.

## 4.2 Ginástica Artística Feminina

### Critérios de Selecção

Os critérios de acesso para a selecção nacional encontram-se definidos e publicados no documento: SISTEMA DE ALTA COMPETIÇÃO – 2009, GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA, MODELO DE INTEGRAÇÃO DOS GINASTAS.

GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA				
Nome	Ano Nascimento	Clube	Subsistema	Grupo
Ana Filipa Silva Martins	1996	SportCP	Seleccções Nacionais	Júnior
Filipa Veríssimo Choon	1995	LGC	Seleccções Nacionais	Júnior
Ekaterina Kislinskaya	1994	GCP	Seleccções Nacionais	Sénior
Diana de Viveiros Couto Fromm Abrantes	1994	GCP	Nível B	Sénior
Leonor Telo Abreu Jardine Neto	1994	LGC	Nível B	Sénior
Alexandra Veríssimo Choon	1994	LGC	Nível B	Sénior
Marta Calvete Rodrigues Damásio	1993	LGC	Nível B	Sénior
Catarina Alexandra Braga Ferra Martins	1991	LGC	Seleccções Nacionais	Sénior
Catarina de Viveiros Couto Fromm Abrantes	1991	GCP	Nível B	Sénior
Rita Mâncio dos Santos Limão Oliveira	1991	GCP	Nível B	Sénior
Zoi Mafalda Marques Lima	1991	SportCP	Nível A	Sénior

A Ginástica Artística Feminina tem sido a modalidade olímpica da FGP com menor apoio financeiro na última década. É a única modalidade de alta competição da FGP que não tem tido um coordenador técnico que aglutine o trabalho dos vários treinadores que trabalham nesta modalidade. Pese este facto os resultados obtidos pela ginasta Zoi Lima permitiram-lhe obter em 2008 o Estatuto de Alta Competição pelo IDP, I.P., situação que já não existia há mais de uma década. Já em 2009 e após recuperação de uma lesão no cotovelo e respectiva operação, voltou a confirmar o seu melhor nível na Taça do Mundo de Osijek, em Novembro deste ano, conquistando a segunda medalha da história da ginástica portuguesa, desta vez de prata.

### Objectivos

A **nível europeu** vamos participar nos Campeonatos da Europa em Birmingham no mês de Abril, que se realizam nas categorias de Júniores e de Seniores, pretendendo levar pela 1ª vez uma equipa sénior a este evento.

A **nível mundial** vamos participar nos Campeonatos do Mundo de seniores que se realizam em Outubro em Roterdão tendo como objectivo principal vir a participar com uma equipa, facto que já não acontece há vinte e três anos.

A **nível olímpico** devemos assinalar que a GAF é a modalidade que apresenta uma situação de apuramento relativamente mais acessível, no conjunto de todas as modalidades da FGP, bastando para isso uma classificação superior ao meio da tabela a nível mundial, pelo que apresentamos como objectivo o apuramento de 1 ginasta para os JO de 2012.

Este objectivo prende-se com a constatação de, face às alterações vigentes no regulamento de acesso aos Jogos Olímpicos. De acordo com as novas regras as equipas a apurar directamente para os Jogos Olímpicos, passam a ser constituídas por 5, e não por 6 ginastas, o que liberta só por si mais 12 vagas.

## **Jogos Olímpicos da Juventude**

Com a realização dos Jogos Olímpicos da Juventude em Singapura, no mês de Julho de 2010, cuja qualificação é feita, para os países europeus, a partir dos resultados obtidos nos Campeonatos da Europa de Júniores, acima referidos, e tendo nós uma ginasta, Filipa Choon, com a idade apropriada, e com nível técnico que nos permite ter esperanças nesse apuramento, em função dos resultados que essa atleta obteve recentemente no FOJE 2009, a FGP vai apostar na obtenção deste objectivo, sendo que para o efeito se torna necessário desenvolver um projecto especial de preparação desta atleta, com o devido reforço financeiro que permita a realização de estágios no estrangeiro e a participação em um ou dois eventos de preparação, antes dos campeonatos da Europa de Júniores.

### Quadro competitivo e Acções Previstas

Como forma de preparação para os principais eventos de 2010, irão realizar-se alguns estágios nacionais e internacionais de forma a alcançar o melhor nível competitivo, perspectivando-se ainda a participação nas seguintes competições internacionais:

- 2 TI preparação Campeonato da Europa - Júniores
- Taça do Mundo de Doha – Seniores
- 1 TI preparação Campeonato da Europa - Seniores
- Taça do Mundo de Paris – Seniores
- Taça do Mundo de São João da Madeira - Seniores
- Taça do Mundo de Ghent – Seniores
- 2 TI de preparação Campeonato Mundo - Seniores
- Taça do Mundo de Osijek – Seniores
- Taça do Mundo de Estugarda – Seniores
- Taça do Mundo de Glasgow – Seniores

## **4.3 Ginástica Rítmica**

### Introdução

As actividades de alta competição dividem-se em duas acções técnicas distintas: os estágios nacionais e internacionais de preparação das Selecções Nacionais (Individuais Júniores e Seniores) e a participação em competições Internacionais, com o objectivo de preparação para o Campeonato da Europa 2010, na Alemanha e no Campeonato do Mundo de 2010, na Rússia.

O Departamento de GR vai continuar a preparação das Selecções Nacionais Sénior e Júnior, com vista ao apuramento para os Jogos Olímpicos 2012/2016.

Pretendemos que as Selecções Nacionais Individuais Júniores e Seniores participem em estágios internacionais com a Selecção Nacional Russa com o objectivo de uma melhoria da sua técnica e performance. Contamos, ainda, com a participação de uma técnica russa para dar apoio à equipa técnica nacional na preparação das selecções nacionais.

No Campeonato da Europa participaremos com uma equipa Individual Júnior. Sendo assim, continuaremos a apostar nas melhores ginastas portuguesas júniores, também participaremos com as ginastas nascidas em 1995, e que participem no Campeonato da Europa de 2010, no apuramento para os Jogos Olímpicos da Juventude.

No Campeonato do Mundo participaremos com duas ginastas individuais Seniores, segundo os regulamentos da FIG para a GR actuais, participando em algumas Taças do Mundo, assim como,

Grands Prix de grande prestígio. Estas ginastas têm como perspectiva o apuramento para os Jogos Olímpicos de 2012.

### CrITÉRIOS de Selecção

O acesso à selecção nacional é definido tendo por base a observação efectuada pela equipa técnica nacional, da prestação das ginastas nas provas nacionais mais importantes.

### Objectivos

. Propomo-nos a alcançar os seguintes objectivos:

- Classificar a Equipa Sénior no segundo terço da tabela de classificação do Campeonato do Mundo;
- Classificar uma ginasta Sénior no segundo terço da tabela de classificação no Campeonato do Mundo;
- Continuar com duas ginastas Seniores Individuais no Projecto Esperanças Olímpicas 2016;
- Classificar a Equipa Júnior no segundo terço da tabela de classificação do Campeonato da Europa de 2010;
- Participar em Estágios Internacionais de modo a elevar o nível técnico das nossas selecções Internacionais.

### Quadro competitivo e Acções Previstas

Está prevista a nossa presença nas seguintes competições Internacionais:

#### **Seleção Nacional Sénior Individual**

- Taça do Mundo de Portimão POR
- Grand Prix Marbelha ESP
- Grand-Prix de Moscovo RUS
- Taça do Mundo Budapeste HUN
- Taça do Mundo Corbeil-Essonnes FRA
- Grand-Prix Julieta Chischmanova BUL
- Grand Prix Holon ISR
- Grand Prix Thiais FRA
- Taça do Mundo de Pesaro ITA
- Campeonato do Mundo Moscovo RUS

#### **Seleção Nacional Júnior**

- T. Internacional de Portimão POR
- T. Internacional de Moscovo RUS
- T. Internacional de Espinho POR
- Campeonato da Europa Bremen GER

De um modo geral, as actividades serão desenvolvidas no sentido de proporcionar às ginastas experiência competitiva e uma preparação de qualidade com vista ao ciclo olímpico 2009-2012.

## 4.4 Ginástica Aeróbica

### Introdução

O Programa de alto rendimento está elaborado de acordo com os objectivos desportivos e estratégias definidas para as selecções nacionais nos grupos que foram definidos. Neste programa estão incluídos os estágios nacionais e internacionais de aperfeiçoamento técnico para preparação e participação das selecções nacionais dos escalões juvenil, júnior e sénior nas competições internacionais.

O Centro de Estudo, Formação e Alto Rendimento de Ginástica Aeróbica (CEFAR-GA) continua a ser o local preferencial para o treino dos ginastas da selecção nacional que se encontram em regime de alto rendimento, pois continua a ser o único local, no Continente, onde existe um praticável.

Também está previsto neste Centro de treinos, o apoio técnico aos clubes, treinadores e ginastas filiados, que se candidatarem a integrar o programa de treinos da selecção nacional no CEFAR-GA e que sejam aceites.

O plano de avaliação e controlo do treino das selecções nacionais júnior e sénior, de ginástica aeróbica, foi definido em parceria com a Unidade de Medicina Desportiva e Controlo do Treino, no Centro Desportivo Nacional de Alta Competição, do Instituto do Desporto de Portugal. Foram realizados os primeiros testes do protocolo de avaliação das capacidades físicas resistência, força e flexibilidade, em Julho de 2009. Serão anualmente definidos os momentos de controlo em função do calendário competitivo nacional e internacional.

### Critérios de Selecção

No final de cada época desportiva, são analisados os resultados desportivos dos ginastas que participaram em todas as competições nacionais, conforme o Regulamento das Selecções Nacionais em vigor (aprovado em RD de 26.01.2007 no seu capítulo 2), sendo divulgada a constituição das selecções nacionais dos três escalões da 1ª divisão e o programa de actividades revisto, proposto, divulgado e implementado em cada época desportiva.

### Objectivos

Sendo a ginástica aeróbica uma das modalidades desportivas individuais que não integram o Programa Olímpico, os objectivos definidos para a selecção nacional, nos vários níveis existentes, são alcançar os seguintes resultados desportivos definidos para os praticantes de alto rendimento, (DL272/2009 de 1 de Outubro):

- Nível A: classificações não inferiores ao 8º lugar em Campeonatos do Mundo / Europa, desde que correspondam ao 1º terço da tabela, no escalão absoluto; classificações não inferiores ao 3º lugar em Campeonatos do Mundo/Europa, com número de participantes não inferior a 24, no escalão imediatamente inferior ao absoluto;
- Nível B: classificações no 1º terço da tabela em Campeonatos do Mundo / Europa, no escalão absoluto; classificações não inferiores ao 8º lugar em Campeonatos do Mundo / Europa, com número de participantes não inferior a 24, no escalão imediatamente inferior ao absoluto;
- Nível C: integração das selecções ou representações nacionais em competições desportivas de elevado nível (nos termos estabelecidos na portaria referida no artigo 9º deste DL).



A análise dos resultados desportivos de 2009, permitiu definir quais os ginastas que integram a selecção nacional de 2010 e para cada escalão e nível técnico dos praticantes foram estabelecidos objectivos desportivos distintos que dependem do grupo em que estão incluídos.

**Objectivos dos ginastas do grupo 1 / Escalão Juvenil:** Desenvolvimento de capacidades físicas e consolidação de aprendizagens que contribuam para a evolução dos ginastas e potenciem o desenvolvimento regional da disciplina.

**Objectivos dos ginastas do grupo 2 / Escalão Juvenil e Júnior:** Aperfeiçoamento técnico, preparação e participação em competições internacionais de juvenis e juniores; Manutenção dos resultados desportivos de alto rendimento nos níveis B e C;

**Objectivos dos ginastas do grupo 3 / Escalão Sénior:** Preparação e participação em competições internacionais para manutenção dos resultados desportivos diferenciados de alto rendimento, nos níveis A, B e C. Manter e integrar o ranking internacional FIG, alcançando maior número de pontos por participação em mais competições do circuito internacional FIG e consequente melhor preparação para os mundiais de 2010.

**Quadro de ginastas da selecção nacional em regime de alto rendimento 2005-2009**

Ginastas	Escalão	2005	2006	2007	2008	2009
Seniores / Grupo 3						
Tiago Faquinha	Sénior	Percurso	Percurso	Percurso	Estatuto	Percurso
Sara Sardinha	Sénior	Percurso	Percurso	Percurso	Estatuto	Percurso
André Marques	Sénior	-	Percurso	Percurso	Percurso	Percurso
Elena Rosca	Sénior	-	-	-	-	Percurso
Juniore e Juvenis / Grupo 2						
Andreia Simão	Júnior	-	Percurso	Percurso	Percurso	Percurso
Yasmin Choonara	Juvenil	-	-	-	Percurso	Percurso
Sara Silva	Juvenil	-	-	-	Percurso	Percurso
Luana Minucci	Juvenil	-	-	-	Percurso	Percurso
Clara Alves	Juvenil	-	-	-	-	Percurso

### Quadro competitivo e Acções Previstas

Conforme já anteriormente mencionado, foram definidos três níveis técnicos, grupos, dentro da Selecção Nacional e definidos os objectivos e o quadro competitivo para 2010. Consoante cada grupo teremos então:

#### **Grupo 1**

Os ginastas deste grupo integram a selecção nacional juvenil e têm resultados em competições nacionais que podem perspectivar uma evolução qualitativa no futuro. Serão portanto integrados no programa de treinos e estágios tendo como objectivo alcançar os resultados desportivos definidos para o nível prevista a sua participação C de alto rendimento. Estes ginastas, por não estarem ainda integrados no Alto Rendimento, não estão incluídos no quadro que apresentamos.

- Estágio de preparação do núcleo de ginastas da Madeira, do escalão juvenil, para a Taça Latina 2010
- Participação na Taça Latina 2010;

#### **Grupo 2**

- Estágio de preparação do núcleo de ginastas dos Açores, do escalão juvenil e júnior para Campeonato do Mundo;
- Participação nas competições: Taça Latina; Taça do Mundo dos Açores; Campeonatos do Mundo de Juniores e juvenis; Taça do Mundo da Roménia;
- Os encargos financeiros para a participação dos ginastas do escalão juvenil nas provas acima referidas não serão da responsabilidade da FGP

#### **Grupo 3**

- Manter o nível de treino semanal regular no CEFAR-GA (22h/semana);
- Participação em 2 Estágios de Cooperação Internacional;
- Participação nas seguintes competições:
- Março - Taça Latina;
- Maio - Taça do Mundo dos Açores;
- Maio – Taça do Mundo de Itália;
- Junho – Campeonatos do Mundo;
- Outubro - Taça do Mundo Roménia;

### Observações

O CEFAR-GA, implementado em 2003, e onde se tem desenvolvido o programa de treinos das selecções nacionais, continua a justificar o seu funcionamento pelos resultados desportivos atingidos e pelo apoio técnico que é dado aos clubes, ginastas e treinadores que não têm condições técnicas para a prática da disciplina. São também organizadas nestas instalações as acções de formação técnica, Workshops e clínicas de treino.

Apesar das mudanças de instalações a que fomos forçados nos últimos 3 anos, tem estado sempre sediado em clubes filiados, que apesar da mudança do CEFAR para outro local, continuaram a desenvolver qualitativamente e quantitativamente a prática da disciplina.

O programa de treinos da selecção nacional previsto para 2010 será efectuado em vários locais: Sala de musculação das Piscinas do CAR, Ginásio de GR (Ginásio dos Esteiros) da Faculdade de Motricidade Humana e no Ginásio dos Bombeiros Voluntários Progresso Barcarenense.

### Quadro de ginastas e clubes com apoio ao treino no CEFAR-GA 2010

#	Ginastas	Escalão	Clube	Período
1	Tiago Faquinha	Sénior	SFRUA	2003-2010
2	Olga Carvalho	Sénior	ABVPB	2003-2010
3	Andre Marques	Sénior	ABVPB	2003-2010
4	Sara Sardinha	Sénior	CG	2005-2010
6	Aurienne Dilay	Juvenil	ABVPB	2008-2010
7	Margarida Policarpo	Juvenil	ABVPB	2008-2010
10	Chloe Richard	Júnior	ABVPB	2007-2010
15	Bruna Coelho	Sénior	LDC	2008-2010
16	Beatriz Camacho	Sénior	GDE	2009-2010

Na Unidade de Medicina Desportiva e Controlo do Treino, no Centro Desportivo Nacional de Alta Competição, no âmbito da avaliação e controlo do treino foi aplicado um protocolo de testes, transversal a todas as disciplinas de competição, para avaliar a resistência, força, flexibilidade, e a composição corporal dos ginastas das selecções nacionais sénior e júnior. Estes dados serão analisados e utilizados na caracterização do perfil dos ginastas da disciplina, no acompanhamento e controlo do processo de treino de alto rendimento e na futura detecção de talentos.

Pensamos ser de uma importância extrema a continuidade deste trabalho, durante o ano de 2010 esperamos iniciar os testes específicos para esta disciplina o que nos dará um conhecimento científico que servirá de base para no futuro “recrutar” talentos e rentabilizar da melhor forma o treino.

A integração de 3 ginastas em regime de internato no CAR Jamor, implica o apoio e acompanhamento por 1 Tutor da FGP, que promove a articulação entre os ginastas, o Gestor do CAR, o Treinador Nacional e os Encarregados de Educação. Desta forma, os 3 ginastas em regime de internato têm a constante supervisão e coordenação dos horários escolar, de residência, estudo e treino por parte do Tutor FGP.

Os estágios de desenvolvimento em regime de cooperação, iniciados em 2008, são importantes para consolidar o desenvolvimento técnico das equipas nacionais, através da troca de experiências entre Portugal e Espanha que têm existido até agora. Tendo em conta a experiência do passado propomos integrar também a França e o Brasil neste tipo de cooperação.

A proximidade geográfica de uns e a facilidade de comunicação de outros, são factores facilitadores de sucesso deste tipo de iniciativa e seria importante conseguir a realização de 2 estágios de cooperação com a participação dos 4 países, sendo que 1 se realizaria em Portugal e outro em Espanha.

### Taça do Mundo de Ginástica Aeróbica dos Açores – Ponta Delgada

#### Objectivos:

- Preparação da equipa nacional para os Campeonatos do Mundo e aquisição de experiência competitiva nacional e internacional para os escalões mais jovens.

- Conquistar reconhecimento de competição internacional de referência mundial nos Açores;
- Manter a actual posição de 8º Par misto sénior e subir no ranking internacional de seniores da FIG;
- Levar uma competição internacional de alto nível à Região de Portugal com maior número de jovens praticantes, que seja motivadora para o desenvolvimento desportivo da disciplina na Região Autónoma.

### **Taça Latina (Open Internacional de Oeiras) de Ginástica Aeróbica**

#### **Objectivos:**

- Preparação da equipa nacional para os Campeonatos do Mundo e aquisição de experiência competitiva nacional e internacional para os escalões mais jovens.
- Conquistar reconhecimento de competição internacional de referência que sirva, não só como veículo para a divulgação da GA em Portugal, mas também como motor de desenvolvimento a nível regional.

## **5. Eventos Desportivos Internacionais**

### **5.1 Taça do Mundo de Ginástica Rítmica**

No seguimento do êxito alcançado nos últimos 4 anos, a Federação Internacional de Ginástica continuou a atribuir à Federação de Ginástica de Portugal a organização de uma etapa da Taça do Mundo de Ginástica Rítmica. À semelhança dos anos transactos, esta prova realizar-se-á em Portimão, em parceria com a Câmara Municipal, entre os dias 12 e 14 de Março de 2010.

A FGP e a CMP organizarão ainda e paralelamente, a 24ª edição do Torneio Internacional de Ginástica Rítmica de Portimão, promovendo a participação em eventos internacionais de ginastas do escalão de juniores, uma vez que os mesmos não se encontram incluídos em provas da Taça do Mundo da disciplina.

Estes eventos têm vindo a registar uma crescente importância no quadro internacional, tendo sido apontados por diversos responsáveis como o melhor torneio e a melhor etapa do circuito da Taça do Mundo de Ginástica Rítmica. A última edição contou com a presença de 36 países e 250 participantes, entre os quais a larga maioria das ginastas olímpicas, numa organização que reúne já um total de cerca de 150 pessoas entre profissionais e voluntários e que foi transmitida, para além de nacionalmente, em televisões de diversos países: Brasil, França, Itália, Ucrânia, Rússia e China.

### **5.2. Taça do Mundo de Ginástica Artística**

Face aos resultados que a Ginástica Artística tem vindo a obter nos últimos anos, a FGP candidatou-se à organização de uma Taça do Mundo de Ginástica Artística para 2010 e anos subsequentes.

Tendo a nossa candidatura sido aprovada, em função de um projecto que vai ser desenvolvido com o apoio da Câmara Municipal de São João da Madeira, este evento vem finalmente trazer a Portugal, pela primeira vez, uma competição de nível internacional sob a égide da FIG, e onde poderemos observar ao vivo a participação da elite da ginástica mundial.

O enorme esforço que a FGP vai desenvolver neste projecto conta naturalmente com o apoio que o Estado, através do IDP, I.P., irá dar ao mesmo, e que certamente vai prestigiar o quadro de eventos internacionais que Portugal tem vindo a organizar no campo desportivo.

### **5.3. Taça do Mundo de Ginástica Aeróbica nos Açores**

Sendo actualmente nesta região Autónoma que se verifica um maior desenvolvimento quantitativo e qualitativo da disciplina dentro dos escalões mais jovens, em parceria com uma empresa de organização de eventos, foi decidido apresentar uma candidatura à FIG para a organização desta competição.

A Taça do Mundo dos Açores pretende integrar o circuito mundial de competições de elevado nível da Federação Internacional de Ginástica. O circuito internacional de 2010 integra 2 competições no Japão e Estados Unidos, e 3 na Europa, com Itália, Roménia e Portugal como países organizadores. Estas etapas de pontuação das equipas para o ranking mundial são também em 2010, as fases europeias de preparação das melhores equipas da disciplina para os Mundiais de 2010 em França.

### **5.4. Taça Latina (Open Internacional de Oeiras) de Ginástica Aeróbica**

A primeira edição da Taça Latina decorreu em 2007, entre Portugal e Espanha. Em 2008, passou ser uma competição internacional registada na Federação Internacional de Ginástica, com a participação de algumas das melhores equipas europeias e mundiais: Espanha, Itália, França, Roménia e (extra competição) Israel. Em 2009, com o estabelecimento de uma competição paralela (Open) participaram equipas de Portugal, Espanha, França, Roménia e Finlândia. Trata-se de uma competição internacional cujo apuramento da equipa nacional se verifica no Torneio Nacional de Abertura que antecede este evento. Para 2010 perspectivamos o aumento do número de países participantes, nomeadamente com a participação do Brasil.

### **5.5. 2º Golden Age Gym Festival**

No contexto da qualidade de vida dos diferentes grupos etários da população, as questões ligadas à actividade física e desportiva são cada vez mais consideradas, para além dos reconhecidos benefícios no domínio da saúde, como determinantes de natureza social e económica, da vida dos nossos dias.

A União Europeia de Ginástica (UEG), instituição reconhecida pela Federação Internacional de Ginástica, enquadra a nível do Continente Europeu a actividade de vários milhões de praticantes desportivos, das diferentes modalidades gímnicas desenvolvidas pelas Federações Nacionais, dos seus 47 países membros, de entre os quais merece particular destaque, exactamente pela sua dimensão, o conjunto de praticantes com mais de 50 anos na disciplina de Ginástica para Todos.

Empenhada no apoio e promoção da prática das actividades gímnicas neste grupo etário, a UEG, promoveu a criação de um Festival Internacional de Ginástica para Todos destinado a maiores de 50 anos, onde, para além da actividade de base – a ginástica nas suas diferentes vertentes –, pudessem ser integradas outras actividades que concorram para a satisfação das expectativas e necessidades específicas, do grupo alvo a que o mesmo se destina.

A Federação de Ginástica de Portugal, em parceria com o Município de Portimão, assumirá a responsabilidade de organizar, em Outubro de 2010 naquela Cidade, a 2ª edição do Golden Age Gym Festival, para o qual são esperados mais de 2000 participantes em representação de cerca de 22 países da União Europeia.

## 6. ENGYM (Escola Nacional de Ginástica)

Formação dos agentes desportivos, no domínio técnico e participação de técnicos em acções de formação internacionais.

### Introdução

O Departamento de Formação/ Escola Nacional de Ginástica da FGP é a área de intervenção da FGP para a organização de processos e actividades consentâneas ao desenvolvimento desportivo das disciplinas ou programas e projectos gímnicos da federação.

Este ano de 2010, segundo ano do actual ciclo olímpico de 4 anos da Formação, conta com a aplicação das novas orientações legais no que concerne à formação de Treinadores, nomeadamente o Decreto-Lei Nº 248-A/2008 de 31 de Dezembro. Assim, a FGP através da ENGym continuará a promover uma interactividade real e sistemática entre as necessidades técnicas de formação das disciplinas gímnicas (através das orientações dos departamentos respectivos) e as actividades a desenvolver, para que se responda efectiva e cabalmente a todas as responsabilidades de formação e reconhecimento da intervenção dos Treinadores credenciados pela FGP.

A FGP actua nas suas cinco disciplinas, nomeadamente a Ginástica Artística Masculina, a Ginástica Artística Feminina, a Ginástica Rítmica, a Ginástica Aeróbica e a Ginástica para Todos, onde se inclui as áreas da Ginástica, Dança e Exibição, do Fitness e Exibição e ainda o TeamGYM, bem como os programas Play GYM® – Ginástica Divertida (a diversificar actividades dentro da orientação de Programas Inovadores e motivadores da prática) e outras actividades de formação complementares (como por exemplo o apoio na Formação e Reciclagem de Juízes para o Desporto Escolar) em diversos campos de intervenção.

O Plano de Actividades para 2010 é o segundo do novo Plano de Desenvolvimento Estratégico da ENGym 2009-2012. Contemplando a necessidade de enquadrar todos os Treinadores face à nova legislação, terá primordialmente o objectivo de enquadrar, reconhecer, formar e apoiar todos os Treinadores ainda não formados, ou já formados, para a integração ao Regulamento Nacional da Formação em todas as disciplinas e áreas gímnicas reguladas e orientadas pela FGP, por forma de uma forma célere, todos os cursos sejam reconhecidos e todos os treinadores formados ou equiparados aos graus de formação sejam reconhecidos pela FGP e assim também pela tutela.

Todas as actividades previstas e que por várias razões não se realizaram em 2009, não serão integradas no plano de 2010, só pelo facto de não o terem sido, mas serão objecto de análise se ainda se justificam no novo quadro de necessidades, agora que todas as actividades deverão estar alinhadas com a construção do edifício técnico e metodológico apresentado no Regulamento de Formação de 2009.

### Objectivos

Definimos **como objectivos de 2010:**

- O alinhamento de **todas as actividades de Formação com a nova legislação** em vigor;
- **Equiparação e integração no Plano Nacional de Formação, de todos os Treinadores** de qualquer Valência (Competitiva ou de Ginástica para Todos);

- Desenvolver a **estrutura, conteúdos, perfis de competências e perfis de intervenção, para todos os cursos apresentados ao IDP**;
- Apresentação e **Reconhecimento por parte do IDP** de todos os cursos de formação na área da Ginástica;
- Protocolar com **Entidades de Ensino Superior** o enquadramento das matérias curriculares das áreas de ensino nas disciplinas gímnicas, equiparando-as aos ECVET's europeus tendo em atenção os conteúdos técnicos dos cursos e perfis de competências definidos tanto pelas Academias da Federação Internacional de Ginástica como pela European Health and Fitness Association;
- Protocolar com as **Entidades de Formação Técnica** para que os seus cursos e conteúdos sejam equiparados ao Plano Nacional de Formação e Regulamento de Formação de 2009.
- Realizar **Cursos de Formação de Treinadores de Grau 1 e 2**, por necessidade das disciplinas GAM, GAF e GA.
- Organizar **Cursos internacionais de Academia FIG** para formação dos treinadores de Grau 1, 2 e 3.
- Organizar cursos de **Formação de Formadores**, para suprir as necessidades de formação da equipa de formadores e prelectores da FGP/ENGym.
- Lançar cursos on-line na plataforma de E-learning, para responder à necessidade de formação teórica nas áreas comuns a todas as disciplinas gímnicas.
- Em relação ao Projecto Inovador **Play GYM® - Aparelhos**, a prioridade será dada à efectiva ligação desta vertente de formação de entrada, com o edifício formativo da Ginástica Artística, ligando com a nova 2ª Divisão. Pretende-se que a 2ª divisão absorva parte dos conteúdos técnicos do Play GYM e a respectiva ligação com o fomento e desenvolvimento da Ginástica Artística, na sua formação inicial. Neste sentido o Projecto Inovador Play GYM continuará a desenvolver-se e consolidar-se, agora com a formação a fazer parte dos cursos de Treinadores de Ginástica Artística de Grau I.
- Para o Projecto Inovador **AeroGym by Play GYM®**, Projecto Inovador no seu 3º ano de desenvolvimento, será continuado o desenvolvimento dos conteúdos e a organização das acções de formação para a aplicação do resto dos graus técnicos das categorias Individual, Trios e Grupos. Desenvolveremos como complemento de apoio, workshops necessários para a sua divulgação e formação de novos agentes técnicos.

Continuaremos com a dinâmica de Projectos Inovadores todas as formações necessárias ao apoio do desenvolvimento e organização do ensino nas seguintes áreas:

- BabyGYM by PlayGYM (dos 0 meses aos 6 anos), com formação no Módulo 5 de Ginástica para Todos, Menção Ginástica, Dança e Exibição, mas desenvolvendo um programa de intervenção sistematizada e sustentada de forma a apoiar a actividade e a especialização dos Treinadores de Ginástica para Todos de Graus 1, 2 e 3;
- BasicGYM by Play GYM (dos 6 aos 9 anos), com a organização do **módulo de Fundamentos** com as matérias de **base para a intervenção transversal a todos as Disciplinas e áreas gímnicas** e o **Módulo de Literacia Motora/Basic GYM**, com a formação específica para professores de 1º Ciclo e Treinadores de Ginástica para Todos de Grau 1, desenvolvendo igualmente um programa sistematizado e evolutivo para aplicação em qualquer entidade que intervenha a formação de base das crianças. Este programa tem dois módulos de formação,
- JuniorGYM by Play GYM (dos 10 aos 17 anos), com formação no Módulo 6, específica para professores de 2º Ciclo e Treinadores de Ginástica para Todos de Grau 2, desenvolvendo igualmente um programa sistematizado e evolutivo para aplicação em

qualquer entidade que intervenha a formação de desenvolvimento das crianças nesta faixa etária;

- Sénior GYM by Play GYM (mais de 50 anos), com formação no Módulo 7 de GpT, mas desenvolvendo um programa de intervenção sistematizada e sustentada no sentido de apoiar a actividade e a especialização dos Treinadores de Ginástica para Todos de Grau 1, 2 e 3;
- Produção de Manuais de Apoio ao Formando, ao Formador e Materiais de Apoio à Leccionação, para todos os cursos de formação;
- Produção de Livros Técnicos para os Programas Play GYM®
- Enviar Treinadores e Juízes a cursos Internacionais possíveis para Reciclagens e Formação Internacional.

Em grande consonância com o Departamento de Ginástica para Todos, desenvolver-se-ão as actividades de formação que suportem a formação de Treinadores num novo programa de GpT que será uma ferramenta essencial a médio e longo prazo para alterar o panorama do excesso de peso nas crianças e jovens portugueses, bem como contribuir para a melhoria da condição física da população, nomeadamente o Rope Skipping. Muito ligado a uma dinâmica de Projecto Inovador e com duas vertentes específicas de desenvolvimento e formação, as actividades serão neste ano:

- Workshops técnicos para formação de Professores de 1º Ciclo e Treinadores de GpT no Joga e Salta à Corda by Play GYM. Continuação da aplicação e formação para o Programa de 10 Semanas do Joga e Salta à Corda.
- 2 Cursos de Treinadores de Rope Skipping de Grau 1 e 1 Curso de Treinadores de Grau 2.

Em 2010, iremos ainda desenvolver os seguintes projectos:

- 2º Seminário Nacional da Formação “A Ginástica no Ensino Superior em Portugal”;
- Desenvolvimento de uma Plataforma FGP para e-learning, para desenvolver actividades de formação complementares ao plano de formação presencial;
- Análise e desenvolvimento do projecto de implementação de programas específicos e complementares no campo da Ginástica para Todos, nomeadamente Cheerleading e Aesthetic Gymnastics;
- Actuação no campo da formação específica de Recursos Humanos da FGP, em campos profissionais de especialização profissional de actividades de gestão de suporte à actividade da FGP;
- Criação e solicitação de reconhecimento do **Centro de Formação de Actividades Gímnicas para Professores de Educação Física**, para que através deste centro, a formação contínua e a reciclagem dos colegas de Educação Física, seja creditada Comissão Científica da Formação Contínua e assim sirva para progressão na carreira, tendo estas actividades de formação uma ligação directa às actividades de formação e reconhecimento à carreira de treinador, para todos os professores que assim o desejarem.



Passamos a apresentar o nº de actividades a desenvolver por disciplina, nacional e internacionalmente:

DISCIPLINA	ACTIVIDADES NACIONAIS	ACTIVIDADES INTERNACIONAIS	Total
<b>Ginástica para Todos – Ginástica Dança e Exibição</b> (Baby GYM + Fundamentos + Literacia Motora + Junior GYM + Danças + Sénior GYM + Rope Skipping + Populações portadores de Deficiência)	3 + 6 + 4 + 3 + 3 + 5 + 3 + 3	0	<b>30</b>
<b>Ginástica para Todos – Fitness e Exibição</b> (Fundamentos + Exibição + Rope Skipping)	10 + 3 + 5	0	<b>18</b>
<b>Ginástica Artística</b> (Treinadores + Play GYM Aparelhos)	6	2	<b>8</b>
<b>Ginástica Artística</b> (Ajuizamento)	2	0	<b>2</b>
<b>Ginástica Rítmica</b> (Treinadores + Ritmic GYM))	4	1	<b>5</b>
<b>Ginástica Rítmica</b> (Ajuizamento)	3	0	<b>3</b>
<b>Ginástica Aeróbica</b> (Treinadores + Aero GYM)	9	1	<b>10</b>
<b>Ginástica Aeróbica</b> (Ajuizamento)	3	1	<b>4</b>
<b>Team GYM</b> (Treinadores + Air GYM)	3	0	<b>3</b>
<b>Team GYM</b> (Ajuizamento)	1	1	<b>2</b>
Cursos Prof. Educação Física – <b>Centro de Formação de Actividade Gímnica</b> + Desporto Escolar	6	0	<b>6</b>
Acções de apoio ao <b>Desporto Escolar</b>	4	0	<b>4</b>
Projectos Especiais + Seminários + Investigação + Fórum Sénior GYM + E-Learning + Formação Formadores	2 + 1 + 1 + 1 + 3 + 2	0	<b>10</b>
<b>Total</b>	<b>99</b>	<b>9</b>	<b>105</b>

#### Projecto de e-learning

Com o objectivo de apoiar a formação presencial e a rentabilização de recursos, bem como disponibilizar alguns conteúdos de formação a uma maior população alvo, a Escola Nacional de Ginástica alargou a esta área a sua parceria com o Centro de Estudos de Fitness, CEF, garantindo o acesso à sua plataforma de e-learning.

O projecto engloba a obtenção da tecnologia, a instalação e a manutenção do sistema, o alojamento e a criação da base de dados – inscrições online; o desenvolvimento da imagem externa da plataforma; a formação de administradores; a formação de formadores e tutores, a contratação de profissionais para a criação de cursos; e a formação de recursos humanos FGP para o apoio na gestão do sistema. Estes cursos, farão parte da formação teórica, das estruturas globais de formação, teórico-prática.

## **7. Cooperação Internacional**

Na sequência dos protocolos de cooperação Bilateral entre os governos de Portugal e Espanha a FGP tem vindo a beneficiar da realização de importantes acções de formação de atletas, estágios de aperfeiçoamento técnico, que gostaríamos de poder continuar a desfrutar.

Com a abertura do Centro de Alto Rendimento de Sangalhos e considerando que o mesmo dispõe de um Centro de Estágio abre-se a porta para que nós possamos vir a oferecer a realização de estágios em Portugal, a outros países, nomeadamente aos que são de fora da Europa, e que a este continente venham disputar Campeonatos do Mundo, como seja o caso do Brasil para o ano de 2010.

A FGP continuará a trabalhar para, com o apoio do IDP, desenvolver com entidades desportivas internacionais, públicas e privadas, parcerias na realização de estágios e competições para aperfeiçoamento técnico nas diversas áreas gímnicas.

Os países e acções a integrar neste âmbito, dependem das orientações recebidas do IDP assim como dos protocolos de intercâmbio existentes e, naturalmente, das opções de natureza estratégica e técnica da própria FGP.

Na Ginástica Artística Masculina propomos a continuidade da cooperação com Espanha ao nível de equipas e gostaríamos igualmente de responder a um desafio colocado pela selecção brasileira no sentido de estender essa cooperação ao nível de equipa. Para a GAM a cooperação só faz sentido a nível de equipa. Na Ginástica Artística Feminina procuraremos consolidar a cooperação com Espanha, e retomar a cooperação com França e Roménia.

Na Ginástica Rítmica e em termos de Cooperação Internacional, definimos como prioritário o relacionamento com a Federação congénere da Rússia.

Na Ginástica Aeróbica, à semelhança do efectuado nos anos anteriores, procuraremos incluir a realização de acções no âmbito da cooperação internacional, definindo como prioritários os intercâmbios com a Espanha, França e Bulgária.

## **8. Projecto Olímpico**

### **8.1 Projecto JO**

Na Ginástica Artística Masculina e para o ano de 2010, contamos com a integração dos ginastas Manuel Campos (All-around, Solo e Paralelas), Luís Araújo (Saltos de cavalo) e Gustavo Simões (Argolas). Refira-se que os ginastas Manuel Campos e Luís Araújo já integraram este projecto, tendo sido excluídos dos mesmos por Portugal ter falhado a qualificação olímpica. Os resultados entretanto já obtidos em 2009 levam-nos a considerar que estes mesmos ginastas vão ser de novo integrados, sendo para tal decisivo a respectiva participação nos Campeonatos da Europa, do Mundo e no circuito das Taças do Mundo.

Contamos igualmente com a integração da Equipa nacional no Nível B – integrados, através dos resultados obtidos em 2009 nas Universíadas onde Portugal obteve um inédito 11º lugar ou através dos resultados obtidos no próximo CE em Abril próximo ou Campeonato do Mundo em Outubro, onde se concretizará o pré-apuramento das 24 melhores equipas para os Jogos Olímpicos.

Na Ginástica Artística Feminina, contamos com a integração da ginasta Zoi Lima no nível 3 ou 4 do projecto, face aos resultados obtidos no solo.

### **8.2 Projecto Esperanças Olímpicas**

Na Ginástica Artística Feminina, de acordo com o regulamento em vigor contamos com a integração neste projecto de 3 ginastas que obtiveram resultados em 2009, Diana Abrantes, Filipa Choon e Zoi Lima. De referir que esta última poderá vir a integrar o projecto Londres 2012. Contamos ainda com a possível integração da Ekaterina Kislinskaya neste projecto.

## 9. Outros Projectos

No domínio da Ginástica para Todos, continuaremos a concorrer a projectos e a procurar parcerias que viabilizem o desenvolvimento da vertente de prestação de serviços da FGP, enquanto promotor da prática gímnica e fonte de financiamento da actividade da FGP, particularmente no que respeita à Alta Competição.

## 10. Eventos Sociais

Porque consideramos importante na perspectiva do reforço da identidade da Ginástica Portuguesa partilhar bons momentos com todos aqueles que compõe o movimento associativo, sejam eles, Associados, Ginastas, Técnicos, Juízes, Dirigentes, Federações congéneres e Organismos Públicos, estão previstas para 2010 a realização de dois eventos sociais:

### **Gala Gímnica FGP/FPTDA - prevista para Março de 2010**

Considerando que somente a sua abrangência no campo desportivo não é tão grande quanto o seu desejo e porque não dizê-lo também a sua grandeza, é assumida a organização de uma Gala onde se mostra a realidade das modalidades inseridas no contexto Federativo, quer na vertente competitiva quer na de recreação.

O ambiente a criar para a realização desta Gala é assumido na segmentação de cada modalidade perspectivando-se somente a apresentação dos melhores ginastas num espectáculo planeado e estruturado de forma profissional para agrado do público em geral. À semelhança das duas edições anteriores, esta Gala será organizada em conjunto com a FPTDA, pois o mundo da Ginástica em Portugal não se esgota na FGP.

A Câmara Municipal da Guarda mostrou interesse em apoiar esta iniciativa. Se as condições em negociação (cobertura integral dos custos de organização e difusão televisiva), forem aceites pela referida Autarquia, em 2010, este espectáculo Gímnico terá lugar naquela Cidade.

### **Cerimónia comemorativa do 60º Aniversário da FGP**

Data: Novembro de 2010

Está prevista uma cerimónia comemorativa da efeméride e de atribuição dos prémios relativos a 2007, 2008 e 2009.

## Conclusões

Se os evidentes constrangimentos de natureza financeira nos reduzem a capacidade de realização, em nada abalam a nossa determinação em prosseguir com o cumprimento dos objectivos a que nos propusemos e pelos quais fomos eleitos.

Sustentados nos resultados obtidos, mantemos a convicção de que temos condições para alcançar uma participação histórica na próxima olimpíada e de que importa continuar o trabalho em curso. O sucesso não está contudo apenas nas nossas mãos, precisamos do apoio de todos os que reconhecem a importância e o valor da Ginástica, precisamos sobretudo de acções que traduzam na prática esse reconhecimento, dos Clubes à Federação, dos dirigentes aos ginastas, todos assumindo a promoção da Ginástica como um objectivo viável, como uma necessidade efectiva, sem esquecer, como é óbvio o papel e responsabilidade do Estado nesta matéria.

O Universo da Ginástica é vasto e por isso tem em si os instrumentos que irão permitir a continuação e melhoria dos resultados positivos que temos vindo a obter, do nível local ao regional, nacional e internacional.

# Orçamento FGP 2010

## Orçamento de Funcionamento – Despesas

DESENVOLVIMENTO DA PRÁTICA DESPORTIVA	Orçamento 2010
<b>Organização e Gestão da Federação</b>	
- Enquadramento administrativo	174.181,44
- Consumos administrativos	115.000,00
- Encargos financeiros	17.500,00
- Imposto s/ o rendimento	1.500,00
- Amortizações	40.000,00
<b>Desenvolvimento da Prática Desportiva</b>	
- Organização de quadros competitivos nacionais	140.628,54
<i>G. Artística M/F</i>	30.500,00
<i>G. Rítmica</i>	10.700,00
<i>G. Aeróbica</i>	8.900,00
<i>G. para Todos</i>	31.462,00
<i>Fitness</i>	11.150,00
<i>Gab. Organização de Eventos</i>	47.916,54
- Apoio a associações distritais	94.400,00
<b>Projector Inovador de Desenvolvimento da Prática Desportiva</b>	
- PlayGym - Programas de Desenvolvimento da Ginástica	12.500,00
<b>Dirigentes em Organismos Internacionais</b>	
- União Europeia de Ginástica	6.500,00
- Federação Internacional de Ginástica	4.500,00
<b>Outros Projectos</b>	
- Comunicação, Imagem e Projectos	38.804,05
<b>Sub total</b>	<b>645.514,03</b>
<b>ENQUADRAMENTO TÉCNICO</b>	
- Para apoio ao Desenvolvimento da Prática Desportiva	6.000,00
- Para apoio à Alta Competição	8.756,06
- Para apoio à Formação de Recursos Humanos	40.631,35
- Requisição de Técnicos	82.470,36
<b>Sub total</b>	<b>137.857,77</b>
<b>ALTA COMPETIÇÃO E SELECÇÕES NACIONAIS</b>	
- Ginástica Artística Masculina	129.000,00
- Ginástica Artística Feminina	80.100,00
- Ginástica Rítmica	94.900,00
- Ginástica Aeróbica	51.900,00
- CAR	18.950,00
<b>Sub total</b>	<b>374.850,00</b>
<b>EVENTOS DESPORTIVOS INTERNACIONAIS</b>	
- Taça do Mundo de GR	69.800,00
- Taça do Mundo de GAM/F	179.470,00
- Taça do Mundo de GA	4.000,00
- 2º Golden Age 2010	142.160,00
<b>Sub total</b>	<b>395.430,00</b>
<b>FORMAÇÃO DE RECURSOS HUMANOS</b>	
<b>Sub total</b>	<b>83.970,00</b>
<b>PROJECTO OLIMPICO</b>	
- Projecto Londres 2012	76.500,00
- Projecto Esperanças Olímpicas	22.000,00
<b>Sub total</b>	<b>98.500,00</b>
<b>OUTROS PROJECTOS</b>	
- Projectos Diversos	60.608,20
<b>Sub total</b>	<b>60.608,20</b>
<b>EVENTOS SOCIAIS</b>	
- Gala Gímnica FGP/FPTDA	<i>p.m.</i>
- Aniversário FGP	<i>p.m.</i>
- Outros Eventos	<i>p.m.</i>
<b>Sub total</b>	<b>0,00</b>
<b>COOPERAÇÃO INTERNACIONAL</b>	
- Ginástica Artística Masculina	<i>p.m.</i>
- Ginástica Artística Feminina	<i>p.m.</i>
- Ginástica Rítmica	<i>p.m.</i>
- Ginástica Aeróbica	<i>p.m.</i>
<b>Sub total</b>	<b>0,00</b>
<b>TOTAL GERAL</b>	<b>1.796.730,00</b>

## Orçamento de Funcionamento – Receitas

APOIOS FINANCEIROS	Orçamento 2010
<b><i>Instituto do Desporto de Portugal</i></b>	
- Desenvolvimento da prática desportiva	295.000,00
- Organização e gestão	150.000,00
- Alta competição e selecções nacionais	374.850,00
- Eventos desportivos internacionais	120.000,00
- Formação de recursos humanos	50.000,00
- Enquadramento técnico	137.858,00
- Participação de dirigentes em org. internacionais	11.000,00
- Projecto inovador - PlayGYM	12.500,00
- Cooperação Internacional	p.m.
<b>Sub total</b>	<b>1.151.208,00</b>
<b><i>Comité Olímpico de Portugal</i></b>	98.500,00
<b><i>Autarquias</i></b>	149.770,00
<b><i>Prestação de Serviços</i></b>	16.590,00
<b><i>Venda de Equipamento Gímico</i></b>	6.000,00
<b><i>Entidades Privadas</i></b>	5.000,00
<b><i>Outras Entidades</i></b>	
<b>Sub total</b>	<b>275.860,00</b>
<b>INSCRIÇÕES</b>	
- Filiação	40.000,00
- Acções de formação	33.900,00
- Competições e eventos	155.000,00
- Congressos e Workshops	1.500,00
<b>Sub total</b>	<b>230.400,00</b>
<b>RENDIMENTOS</b>	
- Ingressos em espectáculos desportivos	3.200,00
- Recuperação de amortizações	9.000,00
- Outros rendimentos	50.500,00
<b>Sub total</b>	<b>62.700,00</b>
<b>TOTAL GERAL</b>	<b>1.720.168,00</b>
<b>SALDO</b>	<b>(76.562,00)</b>

## Orçamento de Investimento

<b>DESPESAS DE INVESTIMENTO</b>	
<i>Apetreçamento Diverso</i>	
- Equipamento desportivo	
. 2 Praticáveis Ginástica Artística	35.000,00
. 2 Pistas de tumbling	12.000,00
. 2 Trampolins	5.000,00
. 1 Paralelas e tapetes de competição	15.000,00
. 1 Mesa de saltos Teamgym	3.300,00
<b>TOTAL GERAL</b>	<b>70.300,00</b>
<b>FONTES DE FINANCIAMENTO</b>	
<i>IDP</i>	
- Equipamento Desportivo	70.300,00
<b>TOTAL GERAL</b>	<b>70.300,00</b>

## Orçamento 2010 - Conclusões

### 1. Orçamento de Funcionamento

O défice a apresentar para o funcionamento da FGP em 2010 é de € 76.562,00 (setenta e seis quinhentos e sessenta e dois euros) que já inclui o montante de € 40.000,00 (quarenta mil euros) relativo a amortizações previstas para o exercício.

### 2. Orçamento de Investimento

Para a cobertura do nosso novo orçamento de investimento contamos com a atribuição da verba relativa a apetreçamento desportivo, ao abrigo de um Contrato-Programa a estabelecer com o Instituto do Desporto de Portugal, para o efeito.

