



1 – Maio (6^ªf) - manhã

Centro Comercial Dolce Vita		Parque Verde do Mondego	
10:30 H	Aquecimento	10:30 H	Aquecimento
10:45 H	Sport Lisboa e Benfica - Silhuetas Lisboa Ginásio Clube - Dance Xplosion Academia de Instrução e Recreio Familiar Almadense - Almalusa	10:45 H	Clube Oriental de Lisboa Associação Académica Amadora - Koalas Ginásio Clube Português - Especial Rapazes Clube Atlético de Queluz
11:15 H	Clube Recreativo Piedense Associação Académica Amadora - Ritmica de Competição Sport Lisboa e Benfica - Babushkas Academia de Instrução e Recreio Familiar Almadense - Gymdance	11:15 H	Clube Desportivo da Escola Secundária Miguel Torga - Bloco Instituto Piaget Almada Clube Desportivo da Escola Secundária Miguel Torga - kangurus Ginásio Clube Português – Especial Homens
11:45 H	Sport Algés e Dafundo Lisboa Ginásio Clube - Ritmus	11:45 H	Rope Skipping - DDF



1 – Maio (6^ªf) - tarde

Convento de St^a Clara-a-Velha

15:30 Aquecimento

15:45 Associação Académica de Coimbra

Sporting Clube - Aerogreen

Centro Cultural e Recreativo do Alto do Moinho - Síbias

Centro de Solidariedade Social de Pinhal de Frades - Gym4Fun

15:45 Ginarte - Associação Desportiva e Cultural Estremoz

Escola Gomes Eanes de Azurara de Mangualde

Escola Secundária D. Sancho II - Elvas

Externato Marista de Lisboa - Classe de formação

Ginarte - Associação Desportiva e Cultural Estremoz

16:45 Ginásio Clube Olhanense

Ginásio Músculos e Companhia - Águeda

Sociedade Musical Sportiva Alvidense

Sporting Clube Portugal - Azorabem

17:15 Ancorensis, Cooperativa de Ensino, CRL

Ginásio Clube de Vila Real

Externato Marista de Lisboa - Classe de Ginástica



1 – Maio (6^ªf) - tarde

Parque Verde do Mondego

15:00 H	Aquecimento
15:15 H	Centro Cultural e Recreativo do Alto do Moinho - Esp Raparigas Sporting Clube Portugal - A Mista CM de Cantanhede - Escola Municipal de Ginástica de Cantanhede - AeroPlayGYM
15:45 H	Escola Secundária da Lourinhã Sporting Clube Portugal - Pintos Clube de Praticantes - Classe de Ginástica Acrobática Professora Magda Rocha CM de Cantanhede - Escola Municipal de Ginástica de Cantanhede - AeroPlayGYM
16:15 H	Sporting Clube Portugal - Raparigas + Rapazes Futebol Clube Barreirense Hóquei Clube lourinhã Sporting Clube Portugal - Pré-TeamGym
16:45 H	CM de Cantanhede - Escola Municipal de Ginástica de Cantanhede - Cambalhotas A TeamGym Lisboa Clube Sporting Clube Portugal - Mista Pais e Filhos Lisboa Ginásio Clube - Especial Raparigas Sociedade Tuna Operária de Sintra - Iniciação
17:15 H	Colégio Militar - Mini Classe Sociedade Tuna Operária de Sintra - TUNAcro Sporting Clube Portugal - Meninas 2 Colégio Militar - Classe Especial



1 – Maio (6^ªf) – tarde

Centro Comercial Dolce Vita

15:30 H

Aquecimento

15:45 H

Associação de Educação Física e Desporto de S. Pedro do Sul -
Representativa Mista

Grupo Desportivo e Cultural do Enxerim
Lisboa Ginásio Clube - Mac`'s
Clube Instrução Recreio Mexilhoeirense

16:15 H

Associação de Educação Física e Desporto de S. Pedro do Sul - Rep
Feminina

Ginásio Clube Português - Atitudes
Sport Clube Frielas

Ginásio Clube do Sul - Rítmica de Grupo

16:45 H

Ginásio Clube Português - Mix Appeal

Associação de Educação Física e Desporto de S. Pedro do Sul -
Aeróbica Representativa

Ginásio Clube Português - Imagens
Acromix Camarate Clube
Ginásio Clube Português - Anankê



2 – Maio (sábado) - manhã

Centro Comercial Dolce Vita

10:30 H Aquecimento

10:45 H Associação Académica de Coimbra - SUB20

Clube Atlético de Queluz

Sporting Clube Portugal - Aerogreen

Grupo Sportivo de Carcavelos

11:15 H Instituto de Odivelas

Escola Básica 2,3 de Taveiro

Associação de Educação Física e Desporto de S. Pedro do Sul -
Representativa Feminina

Lisboa Ginásio Clube - Pré Especial Raparigas

11:45 H Sporting Clube Portugal - Dança Moderna

Ginásio Clube Português - Rítmica de Grupo

Clube de Praticantes - Classe de Ginástica Acrobática Professora
Magda Rocha

Associação de Educação Física e Desporto de S. Pedro do Sul -
Representativa Mista

12:15 H Sport Algés e Dafundo

Desporto Escolar



2 – Maio (sábado) - manhã

Parque Verde do Mondego

10:00 H Aquecimento

10:15 H Grupo de Instrução Popular de Amoreira

Escola EB 2,3 de Passos José de Guifões

Bombeiros Voluntários de Silves

10:45 H Grupo Dramático e Recreativo Corações Vale Figueira

Acromix Camarate Clube

Associação Académica Amadora - Ritmica de Competição

Clube Atlético de Alvalade - Acrobática

11:15 H Sociedade Filarmónica União Artística Piedense

Grupo Musical Desportivo 1º Julho Alcoitão

Clube Instrução Recreio Mexilhoeirense

União Progressiva de Vale Covo

Clube Recreativo Piedense

11:45 H Escola Gomes Eanes de Azurara de Mangualde

Ginásio Clube Português - Anankê



2 – Maio (sábado) - manhã

Convento de Stª Clara-a-Velha

10:15 H Aquecimento

10:30 H Boavista Futebol Clube

Ginarte - Associação Desportiva e Cultural Estremoz

Ginásio Clube do Sul - Movimento Alegria

Sporting Clube Portugal - Dança Tradicional Portuguesa

Ginásio Clube Português - Clavas

11:00 H Município do Bombarral

Ginásio Clube Português - Mimanu

Ginarte - Associação Desportiva e Cultural Estremoz

Sporting Clube Portugal - Reencontros

Lisboa Ginásio Clube - Dance Xplosion

Multidesportos clube de Portimão

11:30 H Associação de Moradores da Portela

Lisboa Ginásio Clube - Aerominis

Sociedade Filarnónica Palmelense Loureiros

Clube Recreativo da Cruz de Pau

Lisboa Ginásio Clube - Ritmus



2 – Maio (sábado) - tarde

Centro Comercial Dolce Vita

15:30 H Aquecimento

15:45 H Centro de Solidariedade Social de Pinhal de Frades

Clube Desportivo da Escola Secundária Miguel Torga - kangurus

Escola Secundária D. Sancho II - Elvas

Ginásio Músculos e Companhia - Águeda

16:15 H Lisboa Ginásio Clube - Especial Raparigas

Clube Desportivo da Escola Secundária Miguel Torga - Bloco

Lisboa Ginásio Clube - Mac`s

Sport Clube Frielas

16:45 H Associação de Educação Física e Desporto de S. Pedro do Sul -
Aeróbica Representativa

Desporto Escolar



2 – Maio (sábado) - tarde

Parque Verde do Mondego

15:00 H Aquecimento

15:15 H CM de Cantanhede - Escola Municipal de Ginástica de Cantanhede - AeroPlayGYM

Clube Atlético de Alvalade - SaltaTu

Centro Cultural e Recreativo do Alto do Moinho - Especial Raparigas

15:45 H Clube Oriental de Lisboa

Externato Marista de Lisboa - Classe de Ginástica

Ginásio Clube Português - Mix Appeal

Grupo Desportivo e Cultural do Enxerim

16:15 H Colégio Militar - Classe Especial

Sporting Clube Portugal - Mista Pais e Filhos

Ginásio Clube Português - Especial Homens

Ginásio Clube de Vila Real

16:45 H Clube Atlético de Alvalade - Lip-Go

TeamGym Lisboa Clube

Instituto Piaget Almada

Sporting Clube Portugal - A Mista

17:15 H Casa do Povo da Gafanha da Nazaré

Sporting Clube Portugal - Pintos

Sociedade Musical Sportiva Alvidense

17:45 H Ginásio Clube Português - Especial Rapazes

Sport Lisboa e Benfica - Silhuetas

Colégio Militar - Mini Classe



2 – Maio (sábado) - tarde

Convento de Stª Clara-a-Velha

15:30 Aquecimento

15:45 Academia de Instrução e Recreio Familiar Almadense - Almalusa

Associação Académica Amadora - Koalas

Clube Recreativo da Cruz de Pau

Ginásio Clube Português - Imagens

16:15 SASUP - Serviço Acção Social da Universidade do Porto

Multidesportos clube de Portimão

CM de Cantanhede - Escola Municipal de Ginástica de Cantanhede -
Cambalhotas A

Academia de Instrução e Recreio Familiar Almadense - Gymdance



3 – Maio (domingo) - manhã

Centro Comercial Dolce Vita

- 9:30** Bombeiros Voluntários de Silves
Externato Marista de Lisboa - Classe de formação
Ginásio Clube do Sul - Movimento e Alegria
Grupo de Instrução Popular de Amoreira
Ginásio Clube Português - Clavas
-

- 10:00** Grupo Musical Desportivo 1º Julho Alcoitão
Sporting Clube Portugal - Reencontros
União Progressiva de Vale Covo
Grupo Sportivo de Carcavelos
Lisboa Ginásio Clube - Aerominis
-

- 10:30** SASUP - Serviço Acção Social da Universidade do Porto
Sociedade Tuna Operária de Sintra - Iniciação
Sociedade Filarmónica União Artística Piedense
Sporting Clube Portugal - Dança Tradicional Portuguesa
-

- 11:00** Sociedade Tuna Operária de Sintra - TUNAcro
Sporting Clube Portugal - Meninas 2
Ginásio Clube Português - Mimanu
-

- 11:30** Rope Skipping - Competição
-



3 – Maio (domingo) - manhã

Parque Verde do Mondego

10:00 Aquecimento

10:15 Escola Secundária da Lourinhã

Ancorensis, Cooperativa de Ensino, CRL

Sporting Clube Portugal - Pré -TeamGym

Ginásio Clube do Sul - Rítmica de Grupo

10:45 Ginásio Clube Português - Atitudes

Sporting Clube Portugal - Raparigas + Rapazes

Hóquei Clube Lourinhã

Instituto de Odivelas

11:15 Sociedade Filarmónica Palmelense Loureiros

Grupo Dramático e Recreativo Corações Vale Figueira

Futebol Clube Barreirense

Ginásio Clube Português - Rítmica de Grupo



3 – Maio (domingo) - manhã

Convento de Stª Clara-a-Velha

10:00 Aquecimento

10:15 Clube Atlético de Alvalade - Lip-Go

Associação de Moradores da Portela

Boavista Futebol Clube

10:45 Centro Cultural e Recreativo do Alto do Moinho - Síbias

Sporting Clube Portugal - Azorabem

Ginásio Clube Olhanense - Dança Moderna

Lisboa Ginásio Clube - Pré Especial Raparigas

Sport Lisboa e Benfica - Babushkas

11:15 Clube Atlético de Alvalade - SaltaTu

Sporting Clube Portugal - Dança Moderna

Escola EB 2,3 de Passos José de Guifões

Clube Atlético de Alvalade - Acrobática
