



ASSUNTO: - Ginástica Rítmica

- **Infantis – Campeonato Distrital**
- **Torneio de Infantis**
- **Torneio de Grupos**
- **Torneio de Base**

DISTRIBUIÇÃO: Clubes filiados com GR, Juízes GR, Nave Polivalente de Espinho, FGP.

Exmos. Senhores,

Pela presente divulgamos informações relativas às provas em epígrafe:

1. PROGRAMA

- 1.1 – Data:** **25 Abril de 2025**, Sexta-feira
- 1.2 – Local:** Nave Polivalente de Espinho
Rua da Nave, Lugar de Sales – Silvalde
4500-497 Espinho
40°59'57.568"N e 8°37'19.862"W

2. HORÁRIO

- 12h00m – Abertura do Recinto
- 12h30m – Reunião de Juízes
- 13h30m – Competição Infantis Arco e Corda – Aveiro, Porto e Coimbra
 - Competição Torneio Infantis Bola e Arco
- 14h10m – Competição Infantis Bola - Aveiro e Porto
 - Competição Torneio Infantis ML
- 14h55m – Competição Infantis Conjuntos Grupo A – Aveiro, Porto e Coimbra
- 15h30m – Competição Infantis Conjuntos Grupo B – Aveiro, Porto e Coimbra
- 16h05m – Cerimónia protocolar Infantis - (fato de treino do clube)
- 16h30m – Competição Torneio de Grupos
 - Infantis ML
 - Iniciadas ML e Arco
 - Juvenis ML e Bola
- 16h55m – Competição Base
 - Infantis ML - Grupo A
 - Iniciadas Corda - Grupo A
- 17h20m – Competição Base
 - Infantis ML - Grupo B
 - Infantis Bola

17h45m – Competição Base	- Iniciadas	Corda	- Grupo B
	- Infantis	Arco, Maças e Bola	
18h30m – Competição Base	- Iniciadas	ML	- Grupo A
	- Juvenis	Arco	- Grupo A
18h50m – Competição Base	- Iniciadas	ML	- Grupo B
	- Juvenis	Arco	- Grupo B
19h10m – Competição Base	- Iniciadas	ML	- Grupo C
19h50m – Competição Base	- Juvenis	Corda, Fita, Maças, ML, Bola	
	- Juniores	ML e Fita	
	- Seniores	Fita, Maças e Arco	
20h30m – Cerimónia protocolar Base e Grupos		(fato de treino do clube)	

(o horário de cada escalão poderá ser antecipado até 20 minutos)

3. MÚSICA

A música de cada exercício, **identificada de acordo com as normas definidas** e em **formato mp3**, deve ser enviada dentro dos prazos previstos para: gr.musica@agn.pt

4. SIGLAS CLUBES PARTICIPANTES

AAE - Associação Académica de Espinho

ADREP - Associação Desportiva Recreativa e Educativa da Palhaça

AKVS - Associação de Karatecas do Vale do Sousa

ACMC – Associação Cristã da Mocidade de Coimbra

BFC - Boavista Futebol Clube

CBP2012 – Basquetebol Clube de Penafiel

CDCP - Clube Desportivo Costa de Prata

CDF - Clube Desportivo Feirense

CDFP - Clube Desportivo Foz Porto

CENAP - Centro Atlético Póvoa Pacense

CPGN - Casa do Povo da Gafanha da Nazaré

CNM - Centro Norton de Matos

EGA - Escola Gímnica de Aveiro

GCST - Ginásio Clube de Santo Tirso

GREMI - Clube de Ginástica Rítmica e Estética, Música e loga

GCST - Ginásio Clube de Santo Tirso

PFA - Parábola Fantástica Associação

5. NOTAS

1 - A presença na competição só é autorizada a ginastas, treinadores e juízes filiados na FGP na presente época. A juntar a isso, os treinadores devem ter o seu Título Profissional de Treinador de Desporto activo.

2 – De acordo com a Lei, não é permitido fumar na instalação desportiva e no exterior num raio mínimo de 50 metros.

6. GINASTAS PARTICIPANTES

6.1 – INFANTIS - Campeonato Distrital Aveiro

AAE

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
1	FLOR QUEIJO	INF A	06-09-2016	X					
	MAFALDA REGADAS		26-02-2017				X		
	LUIZA FIGUEIREDO		02-06-2017						
	BEATRIZ SÁ		06-11-2016				X		
	VITÓRIA DIAS		26-12-2016						
	RITA VALENTE		01-08-2017						
2	CAROLINA GARCIA	INF B	25-05-2017	X					
	LEONOR PAIS		20-05-2017						
	MARIA CLARA COSTA		10-03-2018						
	LUIZA OLIVEIRA		20-09-2017						
	MARTA ALMEIDA		05-11-2016						
	RITA MARTINS		08-02-2017						

CDCP

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
3	ALICE NEVES	INF A	17-08-2016	X		X			
	LARA SANTOS		29-08-2017						
	MARIA PRIOR		31-10-2017				X		
	INÉS GRAVATA		02-08-2016						
	SAMANTHA PEREZ		09-05-2017						
	LARA SANTOS		29-08-2017						
	BENEDITA MOREIRA		03-12-2017						

CENAP

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
4	ALICE CARRILHO	INF A	13-03-2016	X					
	IRIS COSTA		28-11-2017				X		
	ANA JESUS		29-09-2018						
	MARIANA MONTEIRO		18-12-2017				X		
	MATILDE GUIMARAES		28-05-2016						
	OLIVIA FONTOURA		20-05-2017						
	EMA OLIVEIRA		21-04-2017						
5	MARIA MENDES	INF B	06-11-2017	X					
	JOANA DIAS		28-12-2017						
	MARA ABREU		07-04-2017						
	MARIA PIRES		13-08-2018						
	LEONOR HENRIQUES		12-11-2016				X		
	MAFALDA OLIVEIRA		23-09-2017						
CAMILA RAMOS						X			

EGA

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
6	ZARA PITTI	INF	26-09-2016	X		X			
	VITÓRIA BUROVETSKA		27-10-2017				X		
	MARIA SOARES		29-01-2017						
	MATILDE PINTO		04-08-2016						
	FRANCISCA ROCHA		01-02-2016						

GREMI

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
7	MARGARIDA FONSECA	INF	22-07-2017	X			X		
	MARIANA VALENTE		30-03-2016				X		
	IRIS SILVA		25-04-2018						
	BEATRIZ COSTA		26-11-2016						
	MARIA SILVA		26-11-2017						
	ÍRIS CARVALHO		25-04-2018						

6.2 – INFANTIS - Campeonato Distrital Porto**BFC**

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
1	ÍRIS RODRIGUES	INF A	14-04-2016	X					
	MARIA VALENTE		06-11-2016				X		
	NOUR AWAD		07-11-2016						
	DIANA SHULHA		16-05-2017					X	
	ANASTASIYA KAZAK		15-07-2018						
2	LEONOR SOUSA	INF B	27-04-2016	X					
	MIA MORAIS		31-05-2016				X		
	NADJA RODRIGUES		14-12-2017						
	ARIANA USTIMENKO		05-04-2017			X			
	DARIA FERREIRA		15-12-2018						

GCST

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
3	LYSIE CASTRO	INF	15-07-2016	X					
	LEONOR TABORDA		26-09-2016						
	MARIA SANTOS		16-04-2016				X		
	MATILDE CRUZ		01-03-2018						
	MARIA MESQUITA		07-07-2017						
	INÊS FERREIRA		09-03-2016					X	

6.3 – INFANTIS – Campeonato Distrital de Coimbra**ACMC**

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
1	ALICE SIMÕES	INF		X	X				
	ANA MOREIRA								
	LEONOR DIAS								
	MARIA VICENTE				X				
	SALOMÉ PEREIRA								

CNM

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
2	FRANCISCA BARBOSA	INF		X	X				
	CADJATU BALDÉ								
	CAROLINA ALBUQUERQUE								
	MARIA FERREIRA				X				
	LAURA CARVALHAL								

6.4 – INFANTIS – Torneio de Infantis

BFC

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
1	NOUR AWAD	INF	07-11-2016				X		

CENAP

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
2	ALICE CARRILHO	INF	13-03-2016				X		
3	ANA JESUS	INF	29-09-2018	X					
4	MATILDE GUIMARÃES	INF	28-05-2016	X					
4	EMA OLIVEIRA	INF	21-04-2017	X					
6	JOANA DIAS	INF	28-12-2017	X					
7	MAFALDA OLIVEIRA	INF	23-09-2017				X		

EGA

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
8	MARIA SOARES	INF	29-01-2017				X		
9	MATILDE PINTO	INF	04-08-2016				X		
10	FRANCISCA ROCHA	INF	01-02-2016				X		

GCST

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
11	LYSIE CASTRO	INF	15-07-2016			X			
12	LEONOR TABORDA	INF	26-09-2016	X					
13	MARIA SANTOS	INF	16-04-2016	X					
14	INÉS FERREIRA	INF	09-03-2016	X					

6.5 – Torneio de Grupos

BFC

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
1	LAURA GUIMARÃES	INF A	29-11-2016	X					
	MARIA CHERTOVSKIKH		24-11-2017						
	MARIA MARQUES		12-01-2018						
	MATILDE FRANCISCO		19-11-2016						
	MATILDE REIS		17-11-2017						
2	CARLOTA FERREIRA	INF B	07-01-2017	X					
	KIRA BESSMERTNA		22-12-2017						
	MADALENA ARAÚJO		06-04-2017						
3	ANNA SILVA	INI	12-01-2016	X					
	GRACE DOWNER		24-12-2016						
	INÊS PEREIRA		11-11-2015						
	OLÍVIA VACCARO		07-02-2016						
	SOFIA GONÇALVES		10-10-2016						

CBP 2012

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
4	YARA SILVA	INF A	09-01-2016	X					
	MARIA CERQUEIRA		25-09-2018						
	FRANCISCA BARROSO		15-10-2018						
	AMÁLIA PINTO		17-07-2017						
	MARIA SILVA		17-02-2017						
5	IRIS DUARTE	INF B	29-07-2016	X					
	RITA TABORDA		28-02-2017						
	MARGARIDA DIAS		26-01-2017						
	MARIANA NUNES		30-10-2017						
	BENEDITA GOMES		29-04-2018						
6	MARIA VIEIRA	JUV	06-10-2013	X					
	CAROLINA MORGADO		24-08-2013						
	BEATRIZ SENA		10-10-2012						
	YELYZAVETA VELYKODNA		02-05-2013						
	MATILDE DIAS		19-06-2012						
7	CAROLINA NUNES	INI	14-08-2014	X					
	CAROLINA SOUSA		02-05-2013						
	MARIA VIEIRA		06-10-2013						
	FRANCISCA TEIXEIRA		14-09-2013						
	RITA LEAL		03-08-2014						

CDF

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
8	NÚRIA BERNARDINO	INI	27-02-2015	X					
	BEATRIZ PINHO		09-05-2015						
	CAROLINA LEANDRO		28-05-2014						
	CAROLINA OLIVEIRA		09-11-2015						
	SOFIA COSTA		08-05-2015						
	LIA SANTOS		05-02-2016						

CENAP

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
9	ANA PEDRO COUTO	JUV	20-12-2012				X		
	MATILDE CALVO		04-12-2013						
	ARIANA MARQUES		05-11-2013						
	ANA SANTOS		15-12-2013						
	LARA LOPES		18-10-2014						
	NÁDIA VIEIRA		23-04-2014						
	MARIA MARQUES		25-01-2014						
	YARA COSTA		02-08-2014						
10	SOFIA VYSHYNSKA	INI	25-09-2015			X			
	LEONOR MENDES		12-11-2014						
	CARLOTA BATISTA		29-01-2015						
	LEONOR RODRIGUES		02-07-2014						
	BEATRIZ LOPES		10-03-2014						
	INÉS MORAIS		15-10-2014						

EGA

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
11	MATILDE GOMES	INF A	05-05-2016	X					
	GABRIELA PEREIRA		27-05-2016						
	LUANA SANTIAGO		18-05-2018						
	MARIA ROCHA		07-09-2017						
	ÍRIS GONÇALVES		19-06-2017						

12	INÊS RIBEIRO	INF B	04-01-2018	X					
	FILIPA SANTOS		02-11-2017						
	FRANCISCA CARDOSO		05-05-2018						
	LEONOR MANO		11-04-2018						
	LIZ BARROS		15-03-2018						

6.6 – Torneio de Base

ADREP

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
1	MARIA LOPES	INI	02-10-2014			X			
2	CLARA MESQUITA	INI	03-03-2015			X			
3	CAROLINA SILVA	JUV	10-05-2012			X			
4	GABRIELA AMARAL	JUV	09-03-2013			X			
5	KELLY RIBEIRO	JUV	02-09-2012						X
6	SOFIA OLIVEIRA	JUV	06-07-2012						X
7	SOFIA PEREIRA	JUV	30-10-2012						X
8	SALOMÉ FERNANDEZ	JUV	16-07-2012			X			
9	LUANA MARTINS	JUN	07-12-2010						X

AKVS

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
10	BARBARA VALENTE	INI	21-12-2015			X			
11	INÊS GARCÊS	INI	14-04-2015			X			
12	CAROLINA AMARAL	INF	12-15-2018	X					
13	CAMILA AMARAL	INI	14-02-2015	X					
14	MARGARIDA STRECHT	INI	14-08-2015	X					
15	BARBARA VALENTE	INI	21-12-2015			X			
16	INÊS GARCÊS	INI	14-04-2015			X			

BFC

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
17	KIRA BESSMERTNA	INF	22-12-2017	X					
18	ANA MARQUES	INI	04-10-2014	X					
19	LEONOR ESPINHEIRA	INI	05-06-2014		X				
20	MARA CARDOSO	JUV	21-08-2014	X					
21	LEONOR SILVEIRA	JUV	21-01-2013				X		
22	MAFALDA BRITO	JUV	30-07-2013				X		
23	CLARISSE SILVA	SEN	20-05-2010			X			
24	LARA DUARTE	SEN	27-03-2009					X	
25	SOFIA NUNES	SEN	13-11-2009						X
26	MELODY MEPPA	SEN	31-01-2003						X

CBP2012

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
27	MARIA CERQUEIRA	INF	25-09-2018	X					
28	YARA SILVA	INF	09-01-2016	X					
29	FRANCISCA BARROSO	INF	15-10-2018	X					
30	CAROLINA MORGADO	INI	24-08-2013	X					
31	CAROLINA NUNES	INI	14-08-2014	X					
32	MATILDE DIAS	JUV	19-06-2012	X					
33	BEATRIZ SENA	JUV	10-10-2012	X					
34	YELYZAVETA VELYKODNA	INI	02-05-2013	X					
35	RITA LEAL	INI	03-08-2014	X					
36	CONSTANÇA GUEDES	INI	08-08-2015	X					
37	JULIETA GUEDES	INI	08-08-2015	X					
38	GABRIELA CARVALHO	INI	22-06-2015	X					

CPGN

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
39	SOFIA BASÍLIO	INI	30-09-2015	X					
40	CAROLINA RIBEIRO	INI	03-11-2014	X					
41	MARGARIDA PÍNCARO	JUV	16-06-2012	X					
42	CAMILA SEBASTIÃO	JUV	28-09-2013				X		
43	SOFIA FERRAZ	JUV	11-04-2013			X			
44	MARTA DIAS	JUN	14-07-2011	X					
45	MATILDE ROCHA	JUN	18-10-2011	X					

CDF

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
46	DIANA OLIVEIRA	INF	25-02-2016	X					
47	MARIA SILVA	INF	08-03-2016	X					
48	MARIA ROCHA	INI	28-05-2015			X			
49	FÁTIMA TORRES	INI	13-03-2015	X					
50	SARA ALVES	INI	17-03-2015	X					
51	MARIANA DIAS	INI	07-09-2015				X		
52	SOFIA ABREU	INI	22-01-2014		X				
53	LEONOR FERREIRA	INI	04-12-2014					X	
54	EMMA COBA	JUV	09-07-2012		X				
55	MARIA TRINDADE	JUV	21-12-2013					X	
56	RITA REIS	JUV	27-06-2013				X		
57	ANA REIS	JUV	09-01-2013			X			

CDFP

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
58	ALICE COUTO	INI	04-09-2015		X				
59	BENEDITA DUARTE	INI	16-09-2015		X				
60	BENEDITA CASTRO	INI	11-11-2014		X				
61	MARIA FARIA	INI	29-10-2014		X				
62	INÊS CENTENO	JUV	27-12-2012			X			
63	INÊS NEVES	JUV	23-11-2012			X			

CENAP

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
64	ANA PEDRO COUTO	JUV	20-12-2012			X			
65	MATILDE CALVO	JUV	04-12-2013			X			
66	SOFIA VYSHYNSKA	INI	25-09-2015	X					
67	NÁDIA VIEIRA	INI	23-04-2014		X				
68	LEONOR MENDES	INI	12-11-2014		X				
69	CARLOTA BATISTA	INI	29-01-2015	X					
70	MARIA MARQUES	INI	25-01-2014		X				

EGA

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
71	MATILDE GOMES	INF	05-05-2016				X		
72	ÍRIS GONÇALVES	INF	19-06-2017				X		

GCST

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
73	CATARINA SÁ	INI	01-01-2015		X				
74	LEONOR COSTA	INI	21-02-2014		X				
75	MARIA CRUZ	INI	10-07-2015		X				
76	MARIA OLIVEIRA	INI	09-09-2016		X				

PFA

Nº	Nome	Escalão	D Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
77	INÊS GUEDES	INF	25-12-2017	X					
78	ALICE TORRES	INF	25-04-2018	X					
79	BENEDITA RODRIGUES	INF	28-04-2017	X					
80	SARA ALMEIDA	INI	16-07-2015			X			
81	ANA AZEVEDO	INI	07-06-2014	X					
82	BEATRIZ MENDES	JUV	20-10-2013				X		
83	BEATRIZ MOUTINHO	JUV	09-09-2013			X			
84	CAROLINA COELHO	JUV	30-12-2012				X		
85	LEONOR ALMEIDA	JUV	03-11-2012			X			
86	BEATRIZ MACHADO	JUV	14-06-2012				X		

Porto, 15 de Abril de 2025