



**Associação  
de Ginástica  
do Norte**

**CIRCULAR nº 03/2026**

**Versão 01**

**ASSUNTO:** - Ginástica Rítmica

- **Torneio de Aparelhos da II Divisão**

- **II Encontro de Infantis**

**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: 31 de JANEIRO de 2026 – Sábado**

**– 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**

08h30m – Abertura do Recinto

09h00m – Reunião de Juízes

09h30m – Competição de Infantis - Bola, Corda e ML

10h15m – Infantis - Arco, Conjuntos Infantis, Iniciadas - Arco G1

11h00m – Iniciadas - ML G1 e Arco G2

11h45m – Iniciadas - ML G2 e Arco G3

13h00m – Cerimónia protocolar Infantis e Iniciadas – (fato de treino do clube)

Almoço

14h00m – Juvenis – Bola G1 e Corda

14h40m – Juvenis – Bola G2 e Juniores – Bola

15h30m – Seniores – Arco G1 e Juniores – Maças

16h00m – Seniores – Arco G2 e Seniores – Fita

17h00m – Cerimónia protocolar Juvenis, Juniores e Seniores – (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 (até 27 de Janeiro) para: [gr.musica@agn.pt](mailto:gr.musica@agn.pt)

**Aconselha-se a utilização do software swisstransfer dado que só ao fim de trinta dias apaga as transferências!**

### 4. SIGLAS CLUBES PARTICIPANTES

**AAE** – Associação Académica de Espinho  
**ACJDS** – Associação CJD SPORTS  
**BFC** – Boavista Futebol Clube  
**CBP2012** - Basquetebol Clube de Penafiel  
**CDCP** – Clube Desportivo Costa de Prata  
**CDFP** – Clube Desportivo Foz Porto  
**CENAP** – Centro Atlético Póvoa Pacense

**CPGN** – Casa do Povo da Gafanha da Nazaré  
**EGA** – Escola Gímnica de Aveiro  
**GCST** – Ginásio Clube de Santo Tirso  
**GREMI** - Clube de Ginástica Rítmica e Estética, Música e loga  
**GUIMAGYM** – Clube de Ginástica de Guimarães  
**PFA** – Parábola Fantástica Associação

### 5. NOTAS

- 1 - A presença na competição só é autorizada a ginastas, treinadores e juizes 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 – Torneio de Infantis

##### AAE

Nº	Nome	Escalão	Data Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
1	RITA MARQUES	INF	08-02-2017				X		
2	MARIA COSTA	INF	10-03 2018				X		

##### ACJDS

Nº	Nome	Escalão	Data Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
3	DARIA FERREIRA	INF	15-12-2018			X			
4	ANASTASIYA KAZAK	INF	15-07-2018	X		X			

##### CBP2012

Nº	Nome	Escalão	Data Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
5	BENEDITA GOMES	INF EX	29-04-2018	X					
	IRIS DUARTE		29-07-2016						
	MARIA SILVA		17-02-2017						
	MARIA CERQUEIRA		26-09-2018						
	RITA TABORDA		28-02-2017						
6	BENEDITA NOGUEIRA	INF B	06-08-2018	X					
	FRANCISCA BARROSO		15-10-2018						
	LEONOR FERRÁS		14-02.2018						
	MARGARIDA DIAS		26-01-2017						
	MARIANA NUNES		30-10-2017						

**CDCP**

Nº	Nome	Escalão	Data Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
7	MARIA PRIOR	INF	31-10-2017				X		
8	BENEDITA MOREIRA	INF	03-12-2017				X		
9	LARA SANTOS	INF A	29-08-2017	X					
	JOANA RIBEIRO		13-03-2017						
	SAMANTHA PEREZ		09-05-2017						
	MARIA PRIOR		31-10-2017						
	BENEDITA MOREIRA		03-12-2017						

**CDFP**

Nº	Nome	Escalão	Data Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
10	MARGARIDA RAMOS	INF	09-09-2017	X					

**CENAP**

Nº	Nome	Escalão	Data Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
11	ANA JESUS	INF	29-09-2018			X			
12	JOANA DIAS	INF	28-12-2017			X			
13	MARIANA MONTEIRO	INF	18-12-2017			X			

**CPGN**

Nº	Nome	Escalão	Data Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
14	MATILDE TEIXEIRA	INF	14-09-2017	X					
15	NÚRIA GRAMATA	BENJ	14-08-2019	X					

**EGA**

Nº	Nome	Escalão	Data Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
16	VITÉRIA BUROVETSKA	INF	27-10-2017				X		
17	ÍRIS GONÇALVES	INF	19-06-2017				X		
18	VITÉRIA BUROVETSKA	INF	27-10-2017	X					
	ÍRIS GONÇALVES		19-06-2017						
	IVANNA RIOS		28-03-2017						
	FRANCISCA CARDOSO		05-05-2018						
	MARA ABREU		07-04-2017						

**GCST**

Nº	Nome	Escalão	Data Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
19	MATILDE CRUZ		01-03-2018	X			X		
20	MARIA MESQUITA		07-07-2017				X		

**GREMI**

Nº	Nome	Escalão	Data Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
21	MARGARIDA FONSECA	INF	22-07-2017	X	X				
22	IRIS CARVALHO	INF	25-04-2018			X			

**GUIMAGYM**

Nº	Nome	Escalão	Data Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
23	ZLATA HRYTSENKO	INF	07-06-2017				X		
24	CAMILA FERNANDES	INF	25-09-2017		X				
25	CLARA RODRIGUES	INF	30-05-2017	X					

**PFA**

Nº	Nome	Escalão	Data Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
26	INÊS GUEDES	INF	25-12-2017	X					
27	ALICE TORRES	INF	25-04-2018	X					

**6.2 – Torneio de Aparelhos da II Divisão****AAE**

Nº	Nome	Escalão	Data Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
1	MARTA ALMEIDA	INI	05-11-2016			X			
2	FLOR QUEIJO	INI	06-09-2016			X			
3	VITÓRIA DIAS	INI	26-12-2016			X			
4	MARIA PEREIRA	JUV	30-12-2013				X		
5	RITA DUARTE	JUV	11-12-2013				X		
6	FLOR BARBOSA	JUV	22-02-2013		X				
7	CAROLINA SAXE	JUV	23-03-2013				X		
8	BEATRIZ MEDEIROS	JUN	26-03-2012				X		
9	SOFIA AMORIM	SEN	12-08-2009			X			
10	INÊS SOUSA	SEN	01-10-2009			X			
11	ANDREA RAMIREZ	SEN	02-06-2010						X

**ACJDS**

Nº	Nome	Escalão	Data Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
12	ARIANA USTIMENKO	INI	05-04-2017	X					
13	NOUR AWAD	INI	07-11-2016	X					
14	MARIA VALENTE	INI	11-06-2016	X					
15	IRIS RODRIGUES	INI	14-04-2016	X					
16	CAROLINA RIBEIRO	INI	14-01-2016			X			
17	CATARINA SEMIDE	INI	18-10-2015			X			
18	SOFIA BRITO	INI	22-09-2015			X			
19	FATMA AWAD	JUV	24-06-2014				X		
20	LUIZA ALVES	JUV	15-01-2013		X				
21	LEONOR SILVA	JUN	31-12-2012					X	
22	SÂMILE MOURA	SEN	27-07-2010			X			
23	INÊS BRITO	SEN	30-07-2010						X
24	RITA ALVES	SEN	01-03-2010						X
25	SARA MARTINS	SEN	27-09-2008						X
26	CLARA RAMOS	SEN	15-02-2008			X			
27	JOANA BORGES	SEN	04-01-2006						X

**BFC**

Nº	Nome	Escalão	Data Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
28	CAROLINA LEITÃO	INI	19-05-2015			X			
29	LAURA GUIMARÃES	INI	29-11-2016	X					
30	LEONOR SOUSA	INI	27-04-2016	X					
31	LIA DIAS	INI	27-01-2015			X			
32	MATILDE FRANCISCO	INI	19-11-2016	X					

33	MIA MORAIS	INI	31-05-2016	X					
34	SOFIA PEREIRA	INI	30-04-2015			X			
35	LEONOR ESPINHEIRA	JUV	05-06-2014		X				
36	LEONOR SILVEIRA	JUV	21-01-2013		X				
37	ANA MARQUES	JUV	04-10-2014		X				X
38	MARA CARDOSO	JUV	21-08-2014				X		
39	MARIA ARAUJO	JUV	30-03-2013				X		
40	VARVARA KRUSHANOVSKA	JUV	30-05-2013				X		
41	INÊS BARRETO	JUN	18-05-2011				X		
42	MATILDE CARDOSO	JUN	07-11-2012					X	
43	SOFIA BONINA	JUN	01-02-2012				X		
44	SOFIA NUNES	SEN	13-11-2009						X

#### CDCP

Nº	Nome	Escalão	Data Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
45	MATILDE LOURENÇO	JUV	09-07-2013				X		
46	ANA CAPELA	JUN	25-01-2012				X		
47	LEONOR PRIOR	JUN	29-09-2012				X		
48	ARIANA TOMÉ	JUN	18-08-2011				X		
49	INÊS GRAVE	SEN	22-07-2009			X			

#### CDFP

Nº	Nome	Escalão	Data Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
50	MARIA BRAGA	JUN	22-05-2011				X		

#### CENAP

Nº	Nome	Escalão	Data Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
51	CAMILA RAMOS	INI	13-09-2016	X					
52	FLOR SANTOS	INI	24-10-2016	X					
53	MATILDE GUIMARÃES	INI	28-05-2016	X					
54	SOFIA MELO	INI	05-08-2015	X					
55	MATILDE MONTEIRO	INI	05-05-2015	X					
56	MARIA MARQUES	JUV	25-01-2014		X				
57	MARIA NOGUEIRA	JUV	18-05-2013				X		
58	MARIA JESUS	JUV	27-06-2013				X		
59	RAFAELA CARREIRO	JUN	28-06-2012					X	
60	MARIA MARQUES	JUN	23-10-2011				X		
61	MARIA LACERDA	JUN	11-09-2011					X	
62	ANA PAULINO	SEN	14-09-2010			X			
63	MATILDE MARQUES	SEN	02-06-2009			X			

#### CPGN

Nº	Nome	Escalão	Data Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
64	MARIA PEREIRA	INI	11-06-2015			X			
65	FRANCISCA VAZ	INI	06-04-2015			X			
66	ALICE GANDARINHO	INI	04-08-2015			X			
67	MARIANA PIORRO	INI	01-07-2015			X			
68	AURORA RIBEIRO	JUV	10-01-2014				X		
69	CAETANA FRAZÃO	JUV	26-11-2014				X		
70	CAROLINA FERREIRA	JUV	27-07-2014				X		
71	LAURA BIO	JUV	25-07-2014				X		
72	IARA GRAMATA	JUV	09-01-2014				X		
73	MARIANA ALMEIDA	JUV	27-02-2013				X		
74	LARA PEREIRA	JUV	21-06-2014				X		

75	JHULLY SOUZA	SEN	30-12-2010						X
76	LEONOR FILIPE	SEN	17-02-2010						X
77	DIANA GONÇALVES	SEN	15-03-2009			X			
78	CAROLINA BALTAZAR	SEN	28-12-2008			X			
79	INÊS MENANO	SEN	07-08-2008			X			
80	CATARINA BARBOSAS	SEN	26-08-2008			X			
81	MARIA BALTAZAR	SEN	28-12-2008			X			

#### EGA

Nº	Nome	Escalão	Data Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
82	CAROLINA MATOS	INI	01-03-2015			X			
83	LARA PEREIRA	INI	22-04-2015			X			
84	MELINA SIMÕES	INI	19-09-2015			X			
85	MATILDE PINTO	INI	08-04-2016	X					
86	FRANCISCA ROCHA	INI	02-01-2016	X					
87	INÊS CARDOSO	INI	20-05-2016	X					
88	MATILDE GOMES	INI	05-05-2016	X					
89	GABRIELA PEREIRA	INI	27-05-2016	X					
90	LEONOR MOREIRA	JUV	29-05-2013				X		
91	INÊS COUTINHO	JUV	09-12-2013				X		
92	MARGARIDA PERALTA	JUV	06-10-2014		X				
93	BEATRIZ OLIVEIRA	JUV	13-06-2013		X				
94	MAFALDA MARQUES	JUN	13-06-2011				X		
95	MARIA PARALTA	JUN	07-12-2011					X	
96	MARGARIDA SOUSA	JUN	31-08-2011					X	
97	MARIA AMADOR	JUN	29-12-2011				X		
98	BENEDITA FERNANDES	JUN	11-11-2012				X		
99	MARIA CRUZ	SEN	16-05-2008						X
100	VIKTORIYA DANYLYUK	SEN	24-09-2009			X			
101	ANA DIAS	SEN	02-07-2009			X			

#### GCST

Nº	Nome	Escalão	Data Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
102	IVA MOINHOS	INI	28-07-2015			X			
103	PILAR MOINHOS	INI	28-07-2015			X			
104	ALICE SAMPAIO	INI	28-08-2015			X			
105	LEONOR LONGRAS	INI	18-01-2015			X			
106	MATILDE FALCÃO	INI	11-11-2015			X			
107	LEONOR DIAS	INI	09-11-2015			X			
108	INÊS FERREIRA	INI	09-03-2016			X			
109	LYSIE CASTRO	INI	15-07-2016			X			
110	LEONOR TABORDA	INI	26-09-2016			X			
111	MARIA SANTOS	INI	16-04-2016			X			
112	MARGARIDA MACHADO	JUV	17-12-2013				X		
113	CAROLINA MACHADO	JUV	19-10-2013		X				
114	MARIANA LOPES	JUV	20-03-2013				X		
115	BEATRIZ MARINHO	JUV	30-09-2013				X		
116	FLOR SIMÕES	JUN	07-12-2012				X		
117	MARIA SIMÕES	JUN	07-02-2012					X	
118	FRANCISCA LOURENÇO	JUN	06-03-2012					X	

**GREMI**

Nº	Nome	Escalão	Data Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
119	MARIANA VALENTE	INI	30-03-2016			X			
120	IRIS SILVA	INI	13-04-2017	X					
121	MARIA SILVA	INI	26-11-2017	X					
122	BEATRIZ COSTA	INI	26-11-2016	X					
123	RENATA SILVA	INI	02-09-2015			X			

**GUIMAGYM**

Nº	Nome	Escalão	Data Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
124	VARVARA NAUMOVA	INI	24-02-2015			X			
125	VASILIA NAUMOVA	INI	24-02-2015			X			
126	GABRIELA HANH	INI	05-10-2015			X			
127	LUISA ROSMANINHO	INI	04-09-2016	X					
128	ZORYANA SYMONENKO	JUV	29-09-2013		X				
129	MARIA FERNANDES	SEN	08-01-2010						X

**PFA**

Nº	Nome	Escalão	Data Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
130	SARA ALMEIDA	INI	16-07-2015	X					
131	MARIANA PORTO	INI	11-03-2015			X			

**ADREP**

Nº	Nome	Escalão	Data Nasc.	ML	Corda	Arco	Bola	Maças	Fita
132	BEATRIZ RIBEIRO	SEN	26-12-2009			X			

Porto, 20 de Janeiro de 2026

Porto, 26 de Janeiro de 2025