

ASSUNTO: GAF – Campeonato Distrital Base - Porto, 2023

DISTRIBUIÇÃO: Clubes da AGN com GAF e Federação de Ginástica da Portugal

Exmos. Senhores,

Pela presente enviamos a circular do Campeonato Distrital Base 2023 – GAF – Porto

Ginástica Artística Feminina

Escalões: Iniciadas - 2013-2012; Juvenis – 2011-2010; Júniores – 2009-2008, Seniores - ≤ 2007

Local: Complexo Municipal de Ginástica da Maia

Programa: – Iniciadas; Juvenis; Júniores; Seniores
– Programa Técnico Competitivo Base (11º ao 1º grau)

Data: 27 de Maio de 2023 (Sábado)

1º Turno – Júniores (Anexo 1)

Abertura do recinto: 08:20 (aquecimento até às 08:35)

Início da Competição: 08:40

Cerimónia Protocolar: 11:30

2º Turno – Júniores (Anexo 2)

Abertura do recinto: 09:50 (aquecimento até às 10:05)

Início da Competição: 10:10

Cerimónia Protocolar: 11:30

3º Turno – Iniciadas (Anexo 3)

Abertura do recinto: 13:00 (aquecimento até às 13:15)

Início da Competição: 13:20

Cerimónia Protocolar: 20:10



4º Turno – Iniciadas (Anexo 4)

Abertura do recinto: 15:35 (aquecimento até às 15:50)

Início da Competição: 15:55

Cerimónia Protocolar: 20:10

5º Turno – Iniciadas (Anexo 5)

Abertura do recinto: 17:45 (aquecimento até às 18:00)

Início da Competição: 18:05

Cerimónia Protocolar: 20:10

Data: 28 de Maio de 2023 (Domingo)

6º Turno – Juvenis (Anexo 6)

Abertura do recinto: 08:00 (aquecimento até às 08:15)

Início da Competição: 08:20

Cerimónia Protocolar: 13:00

7º Turno – Juvenis (Anexo 7)

Abertura do recinto: 10:40 (aquecimento até às 10:55)

Início da Competição: 11:00

Final Previsto: 13:00

8º Turno – Seniores (Anexo 8)

Abertura do recinto: 14:00 (aquecimento até às 14:15)

Início da Competição: 14:20

Final Previsto: 17:00

9º Turno – Seniores (Anexo 9)

Abertura do recinto: 15:30 (aquecimento até às 15:45)

Início da Competição: 15:50

Final Previsto: 17:00

Músicas:

As músicas devem dar entrada na AGN até às 17h00 de 3ª feira dia **23 de Maio de 2023**, enviadas por via electrónica para gaf@agn.pt

Solicitamos que sejam enviadas todas juntas via upload através de plataforma de transferência de ficheiros (exemplo: Wetransfer).

As músicas têm de estar devidamente identificadas, com número de dorsal, a sigla do clube e o nome da ginasta (primeiro nome e apelido) ex: 000.AGN-RuteMartins.

Só é necessário enviar as músicas das ginastas que utilizam música diferente da apresentada para os exercícios obrigatórios.

Por segurança os clubes devem ser portadores das músicas em dispositivo de armazenamento (pen drive, disco externo, etc. ...).

Circular:

Os grupos poderão sofrer alterações, devido a possíveis desistências de ginastas. Será enviada e entregue no local de prova uma circular actualizada para todos os clubes participantes.

Captação de imagens:

A captação de imagens dentro do recinto de competição deve obedecer ao estabelecido em https://agn.pt/images/2223/Regulamentos/REGULAMENTO_RECOLHA_IMAGENS_AGN.pdf

Acreditação:

A entrada dos ginastas, treinadores e Delegado do clube à competição faz-se pela porta principal do Complexo de Ginástica. Os elementos da organização e os juízes entram também pela porta referida.

A entrada do público faz-se por uma das portas a indicar, no local oposto à porta de entrada dos ginastas.

A presença no recinto de competição só é autorizada a ginastas inscritos na competição, aos elementos da organização, aos treinadores e juízes filiados na Federação de Ginástica de Portugal na presente época desportiva. A juntar a isto, os treinadores devem ter o Título Profissional de Treinador de Desporto activo.

Os Delegados dos clubes devem assistir à competição na bancada VIP e acedem ao espaço de competição no momento das cerimónias protocolares para participação nas mesmas.

Para o melhor decorrer da prova todos os intervenientes presentes no recinto de competição devem estar devidamente inscritos dentro dos prazos indicados pelos regulamentos da AGN.

IMPORTANTE:

Qualquer alteração que os clubes pretendam fazer - fundamentalmente ginastas a trocarem de grupo / inscritas e não constantes da circular / nomes incorrectos-trocados / eventuais inscrições com penalização - só serão aceites até ao dia **24 de Maio - Quarta-feira**.

No dia seguinte, Quinta-feira, 25 de Maio, será emitida e enviada aos clubes participantes, circular definitiva da competição, com as alterações que surgirem até à data anterior.

Clubes participantes:

ACM - Acro Clube da Maia

AGLou – Academia de Ginástica de Lousada

BFC – Boavista Futebol Clube

CBP 2012 – Basquetebol Clube de Penafiel

CDFP – Clube Desportivo Foz Porto

EGG – Escola de Ginástica de Gaia – CRL

FCG – Futebol Clube de Gaia

GCM – Ginásio Clube da Maia

SpCP – Sport Club do Porto

VDA – Villa Desportiva do Ave

Porto, 09 de Maio de 2023

O Departamento de GAF e GAM

Anexo 1 – Campeonato Distrital 2023 - GAF – Base Porto	GAF - 1º Turno
27 Maio 2023	1ª subdivisão
08:20 - 08:35 - 08:40 - 10:00 – 11:30	Juniores

Lista de Ginastas

Grupo	Clube	Nº	Nome	Ano	Esc
A	ACM	1	Ana Ribeiro	2009	Juniores
	ACM	2	Rafaela Santos	2009	Juniores
	ACM	3	Sophia Campos	2009	Juniores
	ACM	4	Beatriz Cruz	2008	Juniores
B	AGLou	5	Inês Oliveira	2009	Juniores
	AGLou	6	Mafalda Branco	2008	Juniores
	BFC	7	Raquel Carvalho	2009	Juniores
	BFC	8	Rita Marques	2008	Juniores
C	BFC	9	Rita Ramos	2008	Juniores
	BFC	10	Inês Teixeira	2008	Juniores
	BFC	11	Ana Barbedo	2008	Juniores
	BFC	12	Inés Ferreira	2008	Juniores
	BFC	13	Maria Frazão	2009	Juniores
D	CBP2012	14	Mafalda Cassamá	2009	Juniores
	CBP2012	15	Joana Costa	2009	Juniores
	CBP2012	16	Raquel Loureiro	2009	Juniores
	CBP2012	17	Isabel Avelino	2008	Juniores
	EGG	18	Rita Martins	2009	Juniores

Aquecimento

A zona de aquecimento geral abre às 08:20. Às 08:35 termina o período de aquecimento geral para se proceder à organização do desfile que segue directamente para os aparelhos.

Ordem Passagem nos Aparelhos – Competição

Após o desfile/rotação haverá um período de aquecimento no aparelho de 3', após o qual os juízes iniciam a avaliação.

	ST	PA	T	S
08:40-09:00	A	B	C	D
09:00-09:20	D	A	B	C
09:20-09:40	C	D	A	B
09:40-10:00	B	C	D	A

A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, podendo existir ajustamentos da ordem por conveniência logística, devidamente combinados com o juiz do aparelho.

Anexo 2 – Campeonato Distrital 2023 - GAF – Base Porto	GAF - 2º Turno
27 Maio 2023	2ª subdivisão
09:50 - 10:05 - 10:10 - 11:30 – 11:30	Juniores

Lista de Ginastas

Grupo	Clube	Nº	Nome	Ano	Esc
E	FCG	19	Beatriz Pina	2008	Juniores
	FCG	20	Leonor Teixeira	2008	Juniores
	FCG	21	Diana Guedes	2009	Juniores
	FCG	22	Ana Oliveira	2008	Juniores
F	FCG	23	Diana Semblano	2009	Juniores
	FCG	24	Rita Almeida	2008	Juniores
	GCM	25	Sofia Ferreira	2009	Juniores
	GCM	26	Ana Lameira	2008	Juniores
G	SpCP	27	Mariana D'almeida	2009	Juniores
	SpCP	28	Maria Taborda	2009	Juniores
	SpCP	29	Mafalda Pinto	2009	Juniores
	SpCP	30	Emanuelly Silva	2009	Juniores
H	SpCP	31	Clara Serra	2009	Juniores
	SpCP	32	Mariana Bateira	2008	Juniores
	SpCP	33	Maria João Frágoas	2008	Juniores
	SpCP	34	Rita Silva	2008	Juniores
	SpCP	35	Lara Soares	2008	Juniores

Aquecimento

A zona de aquecimento geral abre às 09:50. Às 10:05 termina o período de aquecimento geral para se proceder à organização do desfile que segue directamente para os aparelhos.

Ordem Passagem nos Aparelhos – Competição

Após o desfile/rotação haverá um período de aquecimento no aparelho de 3', após o qual os juízes iniciam a avaliação.

	ST	PA	T	S
10:10-10:30	E	F	G	H
10:30-10:50	H	E	F	G
10:50-11:10	G	H	E	F
11:10-11:30	F	G	H	E

A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, podendo existir ajustamentos da ordem por conveniência logística, devidamente combinados com o juiz do aparelho.

Anexo 3 – Campeonato Distrital 2023 - GAF – Base Porto	GAF - 3º Turno
27 Maio 2023	3ª subdivisão
13:00 - 13:15 - 13:20 - 15:50 – 20:10	Iniciadas

Lista de Ginastas

Grupo	Clube	Nº	Nome	Ano	Esc
I	BFC	36	Maria Martins	2012	Iniciados(as)
	BFC	37	Maria Stoffel	2012	Iniciados(as)
	BFC	38	Sara Costa	2012	Iniciados(as)
	BFC	39	Maria Monteiro	2012	Iniciados(as)
	BFC	40	Laura Neto	2012	Iniciados(as)
	BFC	41	Rita Soares	2012	Iniciados(as)
J	BFC	42	Rita Martins	2013	Iniciados(as)
	BFC	43	Maria Pereira	2013	Iniciados(as)
	BFC	44	Margarida Gonçalves	2013	Iniciados(as)
	BFC	45	Lara Camões	2012	Iniciados(as)
	BFC	46	Elizabeth Maksimova	2013	Iniciados(as)
	BFC	47	Patrícia Tomé	2013	Iniciados(as)
K	BFC	48	Francisca Silva	2012	Iniciados(as)
	BFC	49	Maria Guimarães	2012	Iniciados(as)
	BFC	50	Carolina Livraghi	2012	Iniciados(as)
	BFC	51	Ana Cardoso	2013	Iniciados(as)
	BFC	52	Beatriz Arouca	2013	Iniciados(as)
	BFC	53	Vera Campos	2012	Iniciados(as)
L	BFC	54	Maria Campilho	2013	Iniciados(as)
	BFC	55	Lara Arieiro	2013	Iniciados(as)
	BFC	56	Luísa Palminha	2013	Iniciados(as)
	BFC	57	Joana Costa	2013	Iniciados(as)
	BFC	58	Madalena Rocha	2013	Iniciados(as)
	BFC	59	Inês Faria	2013	Iniciados(as)
	BFC	60	Leonor Albuquerque	2013	Iniciados(as)
M	CBP2012	61	Rafaela Sousa	2012	Iniciados(as)
	CBP2012	62	Matilde Teixeira	2012	Iniciados(as)
	CBP2012	63	Mafalda Moreira	2012	Iniciados(as)
	CBP2012	64	Clara Pacheco	2012	Iniciados(as)
	CBP2012	65	Maria Ferreira	2012	Iniciados(as)
	CBP2012	66	Carolina Morgado	2013	Iniciados(as)
N	CBP2012	67	Lara Faria	2013	Iniciados(as)
	CBP2012	68	Anita Santos	2013	Iniciados(as)
	CBP2012	69	Filipa Pereira	2013	Iniciados(as)
	CBP2012	70	Matilde Teles	2012	Iniciados(as)
	CBP2012	71	Matilde Leal	2012	Iniciados(as)

Aquecimento

A zona de aquecimento geral abre às 13:00. Às 13:15 termina o período de aquecimento geral para se proceder à organização do desfile que segue directamente para os aparelhos.

Ordem Passagem nos Aparelhos – Competição

Após o desfile/rotação haverá um período de aquecimento no aparelho de 3'30", após o qual os juízes iniciam a avaliação.

	ST	PA	Pausa	T	S	Pausa
13:20-13:45	I	J	K	L	M	N
13:45-14:10	N	I	J	K	L	M
14:10-14:35	M	N	I	J	K	L
14:35-15:00	L	M	N	I	J	K
15:00-15:25	K	L	M	N	I	J
15:25-15:50	J	K	L	M	N	I

A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, podendo existir ajustamentos da ordem por conveniência logística, devidamente combinados com o juiz do aparelho.

Anexo 4 – Campeonato Distrital 2023 - GAF – Base Porto	GAF - 4º Turno
27 Maio 2023	4ª subdivisão
15:35 - 15:50 - 15:55 - 18:00 – 20:10	Iniciadas

Lista de Ginastas

Grupo	Clube	Nº	Nome	Ano	Esc
O	AGLou	72	Carolina Pereira	2012	Iniciados(as)
	AGLou	73	Inês Nogueira	2013	Iniciados(as)
	AGLou	74	Margarida Casal	2013	Iniciados(as)
	EGG	75	Maria João Vieira	2012	Iniciados(as)
	EGG	76	Ema Cerqueira	2012	Iniciados(as)
	EGG	77	Bianca Caldeira	2012	Iniciados(as)
P	FCG	78	Sara Parati	2012	Iniciados(as)
	FCG	79	Eva Túlio	2012	Iniciados(as)
	FCG	80	Bruna Correia	2012	Iniciados(as)
	FCG	81	Maria Aleluia	2013	Iniciados(as)
	FCG	82	Inês Pinto	2013	Iniciados(as)
	FCG	83	Carlota Queirós	2012	Iniciados(as)
	FCG	84	Maria Sabença	2013	Iniciados(as)
Q	FCG	85	Sofia Cartucho	2013	Iniciados(as)
	FCG	86	Madalena Gouveia	2012	Iniciados(as)
	FCG	87	Francisca Ferreira	2013	Iniciados(as)
	GCM	88	Sofia Paiva	2013	Iniciados(as)
	GCM	89	Sophie Lins	2013	Iniciados(as)
	GCM	90	Raphaella Araujo	2013	Iniciados(as)
	GCM	91	Maria Pereira	2012	Iniciados(as)
R	CDFoz	92	Benedita Camões	2013	Iniciados(as)
	CDFoz	93	Maria Nascimento	2013	Iniciados(as)
	CDFoz	94	Maria Sousa	2013	Iniciados(as)
	CDFoz	95	Helena Sousa	2012	Iniciados(as)
	CDFoz	96	Nina Costa	2012	Iniciados(as)
S	VDA	97	Mel Dias	2013	Iniciados(as)
	VDA	98	Sara Oliveira	2012	Iniciados(as)
	VDA	99	Maria Afonso	2013	Iniciados(as)
	VDA	100	Maria Cruz	2013	Iniciados(as)
	VDA	101	Beatriz Ramos	2012	Iniciados(as)
	VDA	102	Carolina Areias	2012	Iniciados(as)

Aquecimento

A zona de aquecimento geral abre às 15:35. Às 15:50 termina o período de aquecimento geral para se proceder à organização do desfile que segue directamente para os aparelhos.

Ordem Passagem nos Aparelhos – Competição

Após o desfile/rotação haverá um período de aquecimento no aparelho de 3'30", após o qual os juízes iniciam a avaliação.

	ST	PA	Pausa	T	S
15:55-16:20	O	P	Q	R	S
16:20-16:45	S	O	P	Q	R
16:45-17:10	R	S	O	P	Q
17:10-17:35	Q	R	S	O	P
17:35-18:00	P	Q	R	S	O

A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, podendo existir ajustamentos da ordem por conveniência logística, devidamente combinados com o juiz do aparelho.

Anexo 5 – Campeonato Distrital 2023 - GAF – Base Porto	GAF - 5º Turno
27 Maio 2023	5ª subdivisão
17:45 - 18:00 - 18:05 - 20:10 – 20:10	Iniciadas

Lista de Ginastas

Grupo	Clube	Nº	Nome	Ano	Esc
T	ACM	103	Rita Guerra	2013	Iniciados(as)
	ACM	104	Eduarda Alves	2013	Iniciados(as)
	ACM	105	Beatriz Sousa	2013	Iniciados(as)
	ACM	106	Leonor Machado	2012	Iniciados(as)
	ACM	107	Matilde Carvalho	2013	Iniciados(as)
	ACM	108	Rita Gonçalves	2012	Iniciados(as)
U	ACM	109	Maria Lopes	2012	Iniciados(as)
	ACM	110	Bárbara Ferraz	2013	Iniciados(as)
	ACM	111	Cecilia Sousa	2013	Iniciados(as)
	ACM	112	Mia Oliveira	2013	Iniciados(as)
	ACM	113	Maria Andrade	2013	Iniciados(as)
	ACM	114	Lara Freitas	2013	Iniciados(as)
V	ACM	115	Maria Verde	2013	Iniciados(as)
	ACM	116	Maria Teixeira	2013	Iniciados(as)
	ACM	117	Marta Nogueira	2012	Iniciados(as)
	ACM	118	Francisca Silva	2012	Iniciados(as)
	ACM	119	Raphaelle Buttin	2012	Iniciados(as)
W	SpCP	120	Matilde Branco	2013	Iniciados(as)
	SpCP	121	Mafalda Martins	2013	Iniciados(as)
	SpCP	122	Maria Francisca Freitas	2013	Iniciados(as)
	SpCP	123	Erika Rodrigues	2013	Iniciados(as)
	SpCP	124	Clara Valente	2013	Iniciados(as)
	SpCP	125	Ana Rita Almeida	2012	Iniciados(as)
X	SpCP	126	Beatriz Morais	2012	Iniciados(as)
	SpCP	127	Maria Inês Filipe	2012	Iniciados(as)
	SpCP	128	Maria Inês Novais	2012	Iniciados(as)
	SpCP	129	Leonor Amaral	2012	Iniciados(as)
	SpCP	130	Carlota Gonçalves	2012	Iniciados(as)
	SpCP	131	Carolina Pinto	2012	Iniciados(as)
	SpCP	132	Lilou Pinto	2012	Iniciados(as)

Aquecimento

A zona de aquecimento geral abre às 17:45. Às 18:00 termina o período de aquecimento geral para se proceder à organização do desfile que segue directamente para os aparelhos.

Ordem Passagem nos Aparelhos – Competição

Após o desfile/rotação haverá um período de aquecimento no aparelho de 3'30", após o qual os juízes iniciam a avaliação.

	ST	PA	Pausa	T	S
18:05-18:30	T	U	V	W	X
18:30-18:55	X	T	U	V	W
18:55-19:20	W	X	T	U	V
19:20-19:45	V	W	X	T	U
19:45-20:10	U	V	W	X	T

A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, podendo existir ajustamentos da ordem por conveniência logística, devidamente combinados com o juiz do aparelho.

Anexo 6 – Campeonato Distrital 2023 - GAF – Base Porto	GAF - 6º Turno
28 Maio 2023	6ª subdivisão
08:00 - 08:15 - 08:20 - 10:50 – 13:00	Juvenis

Lista de Ginastas

Grupo	Clube	Nº	Nome	Ano	Esc
Y	ACM	133	Eva Silva	2010	Juvenis
	ACM	134	Beatriz Gonçalves	2010	Juvenis
	ACM	135	Beatriz Capela	2010	Juvenis
	ACM	136	Sofia Soares	2010	Juvenis
	ACM	137	Maria Marques	2010	Juvenis
	ACM	138	Mia Rebelo	2010	Juvenis
Z	ACM	139	Ana Miranda	2010	Juvenis
	ACM	140	Luana Teixeira	2010	Juvenis
	ACM	141	Maria Lobo	2010	Juvenis
	ACM	142	Constança Alves	2010	Juvenis
	ACM	143	Sofia Teixeira	2011	Juvenis
	AGLou	144	Inês Freitas	2011	Juvenis
AA	BFC	145	Eva Fraga	2011	Juvenis
	BFC	146	Ana Cunha	2011	Juvenis
	BFC	147	Marta Carvalho	2011	Juvenis
	BFC	148	Alice Telinhos	2011	Juvenis
	BFC	149	Bruna Sousa	2010	Juvenis
	BFC	150	Leonor Livraghi	2010	Juvenis
	BFC	151	Teresa Lourenço	2011	Juvenis
AB	CBP2012	152	Bruna Babo	2011	Juvenis
	CBP2012	153	Maria Ribeiro	2011	Juvenis
	CBP2012	154	Joana Câmara	2011	Juvenis
	CBP2012	155	Mª Leonor Leal	2011	Juvenis
	CBP2012	156	Luísa Marques	2010	Juvenis
	CBP2012	157	Carolina Soares	2010	Juvenis
AC	CBP2012	158	Letícia Cruz	2010	Juvenis
	CBP2012	159	Iara Rocha	2010	Juvenis
	CDFoz	160	Mariana Lopes	2010	Juvenis
	CDFoz	161	Maria Gebhard	2010	Juvenis
	CDFoz	162	Alma Nordh	2010	Juvenis
	CDFoz	163	Nina Nordh	2010	Juvenis
AD	VDA	191	Ema Gaspar	2010	Juvenis
	VDA	192	Íris Sousa	2010	Juvenis
	VDA	193	Inês Maia	2010	Juvenis
	VDA	194	Camila Ferreira	2010	Juvenis
	VDA	195	Helena Gallo	2010	Juvenis
	VDA	196	Eva Morim	2010	Juvenis

Aquecimento

A zona de aquecimento geral abre às 08:00. Às 08:15 termina o período de aquecimento geral para se proceder à organização do desfile que segue directamente para os aparelhos.

Ordem Passagem nos Aparelhos – Competição

Após o desfile/rotação haverá um período de aquecimento no aparelho de 3'30", após o qual os juízes iniciam a avaliação.

	ST	PA	Pausa	T	S	Pausa
08:20-08:45	Y	Z	AA	AB	AC	AD
08:45-09:10	AD	Y	Z	AA	AB	AC
09:10-09:35	AC	AD	Y	Z	AA	AB
09:35-10:00	AB	AC	AD	Y	Z	AA
10:00-10:25	AA	AB	AC	AD	Y	Z
10:25-10:50	Z	AA	AB	AC	AD	Y

A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, podendo existir ajustamentos da ordem por conveniência logística, devidamente combinados com o juiz do aparelho.

Anexo 7 – Campeonato Distrital 2023 - GAF – Base Porto	GAF - 7º Turno
28 Maio 2023	7ª subdivisão
10:40 - 10:55 - 11:00 - 13:00 – 13:00	Juvenis

Lista de Ginastas

Grupo	Clube	Nº	Nome	Ano	Esc
AE	EGG	164	Beatriz Gomes	2010	Juvenis
	GCM	172	Francisca Rodrigues	2010	Juvenis
	FCG	165	Ana Pina	2010	Juvenis
	FCG	166	Laura Costa	2010	Juvenis
AF	FCG	167	Inês Costa	2011	Juvenis
	FCG	168	Leonor Amadeu	2010	Juvenis
	FCG	169	Nicole Ribeiro	2010	Juvenis
	FCG	170	Sofia Cardoso	2011	Juvenis
	FCG	171	Sofia Rêgo	2011	Juvenis
AG	SpCP	173	Matilde Barbosa	2010	Juvenis
	SpCP	174	Matilde Ferreira	2010	Juvenis
	SpCP	175	Inês Bessa	2010	Juvenis
	SpCP	176	Júlia Monteiro	2010	Juvenis
AH	SpCP	177	Sophya Hayre	2011	Juvenis
	SpCP	178	Stella Yordanova	2011	Juvenis
	SpCP	179	Maria Leonor Figueiredo	2011	Juvenis
	SpCP	180	Ana Sofia Rocha	2011	Juvenis
AI	SpCP	181	Ana Rita Sousa	2011	Juvenis
	SpCP	182	Beatriz Dias	2011	Juvenis
	SpCP	183	Diana Teixeira	2010	Juvenis
	SpCP	184	Francisca Silva	2011	Juvenis
	SpCP	185	Isabela Correia	2011	Juvenis
AJ	SpCP	186	Leonor Ribeiro	2010	Juvenis
	SpCP	187	Leonor Costa	2010	Juvenis
	SpCP	188	Luísa Braga	2010	Juvenis
	SpCP	189	Margarida Figueiredo	2010	Juvenis
	SpCP	190	Yara Sanhá	2010	Juvenis

Aquecimento

A zona de aquecimento geral abre às 10:40. Às 10:45 termina o período de aquecimento geral para se proceder à organização do desfile que segue directamente para os aparelhos.

Ordem Passagem nos Aparelhos – Competição

Após o desfile/rotação haverá um período de aquecimento no aparelho de 3', após o qual os juízes iniciam a avaliação.

	ST	PA	Pausa	T	S	Pausa
11:00-11:20	AE	AF	AG	AH	AI	AJ
11:20-11:40	AJ	AE	AF	AG	AH	AI
11:40-12:00	AI	AJ	AE	AF	AG	AH
12:00-12:20	AH	AI	AJ	AE	AF	AG
12:20-12:40	AG	AH	AI	AJ	AE	AF
12:40-13:00	AF	AG	AH	AI	AJ	AE

A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, podendo existir ajustamentos da ordem por conveniência logística, devidamente combinados com o juiz do aparelho.

Anexo 8 – Campeonato Distrital 2023 - GAF – Base Porto	GAF - 8º Turno
28 Maio 2023	8ª subdivisão
14:00 - 14:15 - 14:20 - 15:40 – 17:00	Seniores

Lista de Ginastas

Grupo	Clube	Nº	Nome	Ano	Esc
AK	CBP2012	191	Inês Garcia	2006	Seniores
	CBP2012	192	Beatriz Lourenço	2007	Seniores
	CBP2012	193	Vitória Silva	2007	Seniores
	CBP2012	194	Eva Almeida	2007	Seniores
	CBP2012	195	Mª Leonor Monteiro	2007	Seniores
	CBP2012	196	Filipa Gonçalves	2007	Seniores
AL	CBP2012	197	Isabel Lobo	2003	Seniores
	CBP2012	198	Veronica Dulina	2006	Seniores
	FCG	199	Leonor Costa	2007	Seniores
	FCG	200	Matilde Mendes	2007	Seniores
	FCG	201	Matilde Almeida	2007	Seniores
AM	BFC	202	Carolina Oliveira	2005	Seniores
	BFC	203	Bárbara Castanho	2006	Seniores
	BFC	204	Ana Caspurro	2004	Seniores
	BFC	205	Margarida Pinto	2007	Seniores
	BFC	206	Ana Santos	2005	Seniores
AN	GCM	207	Francisca Pereira	2003	Seniores
	GCM	208	Ana Rita Cardoso	2007	Seniores
	GCM	209	Francisca Viegas	2007	Seniores
	GCM	210	Caroline Oliveira	2005	Seniores
	GCM	211	Filipa Marques	2007	Seniores

Aquecimento

A zona de aquecimento geral abre às 14:00. Às 14:15 termina o período de aquecimento geral para se proceder à organização do desfile que segue directamente para os aparelhos.

Ordem Passagem nos Aparelhos – Competição

Após o desfile/rotação haverá um período de aquecimento no aparelho de 3', após o qual os juízes iniciam a avaliação.

	ST	PA	T	S
14:20-14:40	AK	AL	AM	AN
14:40-15:00	AN	AK	AL	AM
15:00-15:20	AM	AN	AK	AL
15:20-15:40	AL	AM	AN	AK

Anexo 9 – Campeonato Distrital 2023 - GAF – Base Porto	GAF - 9º Turno
28 Maio 2023	9ª subdivisão
15:30 - 15:45 - 15:50 - 16:55 – 17:00	Seniores

Lista de Ginastas

Grupo	Clube	Nº	Nome	Ano	Esc
AO	ACM	212	Rafaela Barbosa	2006	Seniores
	ACM	213	Ana Ferraz	2004	Seniores
	ACM	214	Maria Rodrigues	2007	Seniores
	ACM	215	Fabiana Andrade	2001	Seniores
AP	VDA	216	Mariana Aleixo	2002	Seniores
	VDA	217	Beatriz Sousa	2006	Seniores
	CDFoz	218	Alice Delgado	2007	Seniores
	CDFoz	219	Bruna Mota	2006	Seniores
AQ	AGLou	220	Carolina Cunha	2006	Seniores
	SpCP	221	Beatriz Soares	2003	Seniores
	SpCP	222	Sofia Neto	1999	Seniores
	SpCP	223	Maria Madalena Pinheiro	1999	Seniores
AR	SpCP	224	Filipa Sampaio	2004	Seniores
	SpCP	225	Helena Martins	2007	Seniores
	SpCP	226	Sofia Monteiro	2006	Seniores
	SpCP	227	Leonor Pinto	2007	Seniores

Aquecimento

A zona de aquecimento geral abre às 15:30. Às 15:45 termina o período de aquecimento geral para se proceder à organização do desfile que segue directamente para os aparelhos.

Ordem Passagem nos Aparelhos – Competição

Após o desfile/rotação haverá um período de aquecimento no aparelho de 3', após o qual os juizes iniciam a avaliação.

	ST	PA	T	S
15:50-16:06	AO	AP	AQ	AR
16:06-16:22	AR	AO	AP	AQ
16:22-16:38	AQ	AR	AO	AP
16:38-16:54	AP	AQ	AR	AO

A ordem de passagem em cada um dos aparelhos respeitará a ordem estabelecida nos grupos em todos os aparelhos, podendo existir ajustamentos da ordem por conveniência logística, devidamente combinados com o juiz do aparelho.